MAITREYA MAGAZINE

4

jaargang 15 1993

losse nummers *f* 6,50

TIBETAANS BOEDDHISME

HET MAITRI LEPRA-PROJECT

DHARMA DENKEN EN DOEN, deel 2.

INHOUD

DHARMA DENKEN EN DOEN
door Lama Thubten Zopa Rinpochee 3

IN DIENST VAN ANDEREN, EEN VERSLAG VAN HET MAITRI LEPROSY CENTRE IN INDIA
door Koosje van der Kolk 12

GEDICHT
door Gelong Jampel Pharchin 19

DIGNAGA
door prof. Robert Thurman 20

TIBETNIEUWS
door Z.H. DE DALAI LAMA 22

BOS- EN TUINNIEUWS, EEN VERSLAG VAN DE TWEEDE WERKWEEK
door Nico Eygenberger 23

LIEVE MENSEN
door April Elzenga 24

VERSLAG VAN DE PENNINGMEESTER 25

BOEKRECENSIE 28

OVERZICHT GEBEDSDIENSTEN 30

VERWACHT 31

ALGEMENE CURSUSINFORMATIE 32

PROGRAMMA T/M AUGUSTUS 1994 33

LEZINGEN IN HET LAND
DOOR GESHE SONAM GYALTSEN 38

INFO STICHTING MAITREYA INSTITUUT 39

©

Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

VOORWOORD

Steeds sneller gaat de tijd, steeds korter duurt het waardevolle mensenleven. Vóór u ligt alweer het laatste nummer van dit jaar. Behalve een aantal interessante artikelen over de theorie en praktijk van het Tibetaans boeddhisme vindt u hierin verslagen van de cursussen en ontwikkelingen die dit najaar binnen het Maitreya Instituut hebben plaatsgevonden.
Onmiskenbaar hoogtepunt was natuurlijk het bezoek aan ons centrum door Lama Thubten Zopa Rinpochee. Rinpochee heeft behalve fantastische lessen ook praktisch advies gegeven, dat de medewerkers van het Maitreya Instituut zeker ter harte zullen nemen. Lama Zopa wees onder meer op de traditie van de historische Sakyamoeni Boeddha, die spiritueel groeide door in zijn vele wedergeboorten vóór het boeddhaschap steeds zijn eigen leven en lichaam op te offeren. "Zoöok", aldus Lama Zopa Rinpochee, "verzamelen de mensen die (mee)werken aan het Instituut door hun vrije tijd of zelfs hun hele leven op te offeren, enorm veel verdienste. Het Maitreya Instituut is er immers om het welzijn van alle wezens te volbrengen. De enige methode voor het verwezenlijken van uiteindelijk geluk voor alle wezens is de Dharma. Het onderwijzen van de Dharma moet dan ook als belangrijkste activiteit van het Instituut worden beschouwd."
Als handleiding voor de samenwerking tussen de mensen die "hun kostbare menselijke geboorte zo waardevol maken door te werken en hun leven op te offeren voor het centrum dat het welzijn van alle voelende wezens beoogt," wees hij op de acht verzen van gedachten training, waarin het ego zijn plaats wordt ontnomen.
Vol goede moed bieden wij u een volledig programmaoverzicht voor het eerste semester van 1994. U kunt dan uw planner alvast invullen en wellicht zelfs uw vakanties afstemmen op het lesprogramma dat ook in 1994 weer door onze vaste leraar de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen zal worden gegeven.
Rest mij nog u namens de hele redactie van het M.M. een prettige Kerst en een gelukkige jaarwisseling toe te wensen en natuurlijk: veel leesgenot.

Uw eindredacteur Hans van den Bogaert.

DHARMA DENKEN EN DOEN, deel 2.

Jan Paul Kool

Lama Thubten Zopa Rinpochee

Dit artikel is het tweede deel van een uittreksel van een nieuw boek van Lama Thubten Zopa Rinpochee, 'De deur naar voldoening, advies vanuit het hart van een Tibetaanse boeddhistische Meester', dit jaar uit te geven door Wisdom, Boston, U.S.A.. Het uittreksel bestaat uit een gedeelte van de inleiding van de redacteur en de hoofdstukken 3 en 4. Het eerst deel publiceerden wij in het vorige nummer van het Maitreya Magazine, jaargang 15 nummer 3.

HET DOORSNIJDEN VAN BEGEERTE

Begeerte is lijden. Als we onze begeerte niet volgen, beoefenen we de Dharma; als we onze begeerte wel volgen, beoefenen we geen Dharma. Zo simpel is dat. Het hele punt van de instucties die uit de heilige mond van de Kadampa Geshes zijn opgetekend in 'Opening the door to Dharma, en door hen zelf zijn beoefend en ervaren, is de acht wereldse belangen door te snijden en vrij te zijn van begeerte die hecht aan dit leven. Of we nu Dharma beoefenen of niet, de negatieve gedachte aan de acht wereldse belangen is de bron van alle obstakels en problemen. Alle ongewenste dingen komen voort uit gedachten aan de acht wereldse belangen.

Als ons wordt verteld dat we begeerte moeten opgeven, krijgen we het gevoel dat we ons geluk moeten opofferen. Je geeft begeerte op, dan voel je geen geluk meer en heb je niets over. Alleen jezelf. Je begeerte is je afgenomen; je geluk is je ontstolen; en je voelt je achtergelaten, leeg, als een kapotte ballon. Je voelt je alsof je geen hart meer in je lichaam hebt, alsof je je leven hebt verloren. Dit is zo omdat we de tekortkomingen van begeerte nog niet hebben gerealiseerd. We zijn ons er nog niet van bewust dat de ware aard van begeerte lijden is. Begeerte zélf is een lijdende, ongezonde geesteshouding. Door begeerte heeft de geest waanideeën en kunnen we niet zien dat er een ander geluk is; écht geluk.

Bijvoorbeeld, als er begeerte is naar een object en daaruit komt genoegen voort, dan noemen we die ervaring 'geluk' en het ver-

schijnt ook aan ons als geluk, maar in werkelijkheid is het slechts lijden. Als we de handeling blijven doen, zoals eten, dan vermeerdert ons geluk niet, maar het wordt minder. Naarmate onze maag voller wordt, wordt het geluk het manifeste lijden (van lijden). Voordat de aard van lijden van die handeling merkbaar wordt, verschijnt het als geluk; maar als het merkbaar wordt, wordt het het manifeste lijden. Toen het lijden nog niet merkbaar was, werd het gevoel als 'prettig' bestempeld en leek het ook op iets prettigs, maar als we doorgaan met de handeling wordt het gevoel geleidelijk aan lijden.

De vrede die we ervaren als we begeerte opgeven leidt ons naar Nirvana; de staat die vrij is van lijden. Deze vrede, die de afwezigheid van begeerte is, geeft ons de mogelijheid ons helemaal te ontwikkelen en verlicht te worden. We kunnen deze vrede eeuwig ervaren. Vanaf het eerste moment dat we beginnen onszelf te bevrijden van de gedachte aan de acht wereldse belangen van begeerte, beginnen we deze vrede te ontwikkelen in onze bewustzijnsstroom en uiteindelijk ervaren we die altijd.

De negatieve gedachten aan de acht wereldse belangen is de bron van alle obstakels.

Als je het gevoel hebt dat we door begeerte op te geven het geluk opgeven en met lege handen achterblijven, bedenk dan dat al onze problemen gebaseerd zijn op begeerte en de gedachten aan de acht wereldse belangen. Aangezien we niet weten dat de aard van begeerte lijden is, kunnen we niet inzien dat er een beter geluk is. We kunnen niet zien dat door de gedachte aan de acht wereldse belangen op te geven en de geest vrij te maken van begeerte, er echte vrede, echt geluk is. Dit geluk is niet afhankelijk van uiterlijke, zintuiglijke objecten. Het wordt ontwikkeld in onze eigen geest. Met onze geest kunnen we deze vrede ontwikkelen.

Laten we bijvoorbeeld eens veronderstellen dat we een huidziekte hebben die jeuk veroorzaakt. We krabben onszelf zo vaak om de jeuk te verlichten, dat we zere plekken maken. Zou het in plaats van de verlichting van de jeuk die het krabben geeft te bestempelen als prettig, niet beter zijn om helemaal geen huidziekte te hebben? Zou het niet beter zijn de ziekte op te geven? Begeerte is als deze huidziekte.

Als er geen begeerte was, zou er ook geen oorzaak zijn voor alle problemen die uit begeerte voortkomen. Er zou geen ontwikkeling zijn. Als we dit lichaam niet hadden - dit cyclische bestaan veroorzaakt door verstorende emoties en karma en verontreinigd door het zaad van verstorende gedachten - dan zouden we geen hitte en koude, honger en dorst, en alle andere problemen hoeven te ervaren. We zouden ons niet ongerust hoeven te maken over ons overleven, of zoveel tijd en geld spenderen aan ons lichaam. We zijn heel veel tijd bezig om dit lichaam er goed uit te laten zien. We stoppen heel veel werk in het van top tot teen versieren van ons lichaam. Veel van ons waardevolle mensenleven wordt daaraan besteed. Maar wanneer je ziek wordt kan het innemen van medicijnen je niet eens altijd beter maken. Zou het dus niet beter zijn dit lichaam, dit cyclische bestaan helemaal niet te hebben? Dan zou je ook al deze problemen niet hoeven te ervaren.

We dienen onze tekortkomingen te realiseren en onze gehechtheid op te geven.

Zonder begeerte zou er veel vrede in de geest zijn, een vrede die ontwikkeld zou kunnen worden en vervolmaakt. Er is een einde aan dit werk. Het zoeken naar werelds genoegen dat afhankelijk is van externe objecten van begeerte, is een werk waar geen einde aan komt. Het maakt niet uit hoe hard we eraan werken dat doel te bereiken, er komt geen einde aan. Zoals de golven van de oceaan achter elkaar aan blijven komen, zo eindigt dat werk nooit.

In de eerste plaats in tijdelijk geluk, hetgeen afhankelijk is van uiterlijke, zintuiglijke objecten van nature lijden, en ten tweede komt er wat we er ook voor doen nooit een einde aan het werken voor tijdelijk geluk.

MINDER BEGEERTE, MINDER PIJN.

Zoals Nagarjuna uitlegt in de verzen die Dromtönpa vaak reciteerde:

> "Het verkrijgen van materiële zaken of ze niet verkrijgen; geluk of ongeluk; interessante geluiden of oninteressante geluiden; lof of kritiek; deze acht wereldse belangen zijn geen objecten van mijn geest. Voor mij zijn ze allemaal hetzelfde."

Het is gemakkelijk te begrijpen hoe het een probleem kan zijn

wanneer we geen materiële zaken verkrijgen, ongelukkig zijn, oninteressante geluiden horen, een slechte reputatie hebben of bekritiseerd worden. Dit wordt gewoonlijk als een probleem erkend. Maar we zullen misschien niet erkennen dat het verkrijgen van materiële zaken, het hebben van geluk en comfort, het horen van interessante geluiden, het hebben van een goede reputatie en geprezen worden, ook een probleem is. Beide zijn problemen en daarin identiek.

Toch is het object zelf niet het probleem. Welgesteld zijn is niet een probleem. Wat is dan wel het probleem? Het probleem is de geest die verlangt naar welgesteldheid, eraan gehecht is, dat is het probleem! Het hebben van een vriend is geen probleem, de geest die gehecht is aan het hebben van een vriend maakt dit hebben van een vriend tot een probleem.

Begeerte maakt het hebben van deze vier dingen: materiële zaken, geluk, interessante geluiden en lof tot een probleem. Als er geen begeerte is, geen wereldse belangen, dan is het wel of niet hebben van deze zaken geen probleem.
Misschien liggen we op een nacht lekker te slapen als onze slaap ineens verstoord wordt door een mug die steekt. Als we sterk gehecht zijn aan werelds belang en een sterk verlangen naar comfort hebben, dan zullen we geërgerd zijn dat we door de mug gestoken zijn. We zijn gewoon gestoken door een mug. Het is niet gevaarlijk, niet iets dat een serieuze ziekte kan veroorzaken. De mug neemt slechts een klein druppeltje bloed uit ons lichaam. Maar als we kijken naar het muggenlichaam dat nu gevuld is met bloed, dan zijn we verstoord. We worden boos op de mug en zijn de hele nacht geërgerd. De hele volgende dag klagen we over de mug, "Ik heb vannacht urenlang niet kunnen slapen." Een nacht niet kunnen slapen, of zelfs maar een paar uur, is alsof je een waardevol juweel verliest. We zijn net zo van streek als iemand die een miljoen gulden heeft verloren. Voor sommige mensen wordt een dergelijk klein probleem heel groot.

Boosheid, jaloezie e.d. komen op in relatie tot gehechtheid.

Er zijn ook mensen die er zeer naar verlangen door anderen geprezen en gerespecteerd te worden. Als we nu een dergelijk iemand links laten liggen, of we lopen eraan voorbij met onze neus in de lucht, of we zeggen iets onaardigs, iets dat ze niet verwachten te horen, dan veroorzaakt dat enorme pijn in hun geest. Ook als we ze, al dan niet opzettelijk, op een onbeleefde manier iets geven is er weer veel pijn. Voor iemand die zoveel verwacht, zoveel gehechtheid heeft, is er veel pijn door een kleine lichamelijke handeling waar ze een hekel aan hebben. Voor hen voelt het alsof er een pijl door hun hart geschoten wordt. Plotseling komt de boosheid heel sterk omhoog. Plotseling verstart hun lichaam. Hun gezicht, tot dan toe ontspannen en vredig, ziet er nu angstaanjagend uit, opgezwollen en strak, hun oren en neus kleuren rood en de aderen op hun voorhoofd zetten op. Plotseling wordt het hele karakter van deze mens erg ruw en onprettig.

Hoe groter iemands verlangen naar lof en respect is, des te groter is de pijn in hun hart als ze dat niet krijgen. Het gaat op dezelfde manier met de andere objecten van begeerte. Hoe groter de begeerte naar materiële zaken, comfort, interessante geluiden of lof, des te groter de pijn wanneer het tegenovergestelde wordt ervaren.
Als we verwachten dat een vriend altijd prettig zal zijn, glimlachend, vol respect, vriendelijk en altijd doet wat wij willen, maar op een dag onverwachts een kleinigheid doet die niet prettig is, dan veroorzaakt die kleinigheid een ongelooflijke pijn in ons hart. Dit houdt allemaal verband met wereldse belangen, met hoe sterk we naar iets verlangen. Hoe minder begeerte we hebben naar de vier begeerlijke objecten, des te minder problemen we zullen hebben wanneer we met de vier onbegeerlijke objecten in aanraking komen. Minder begeerte betekent minder pijn. Als we gehechtheid aan dit leven opgeven, zullen we geen pijn voelen als we kritiek ervaren of iets niet verkrijgen, want er is geen gehechtheid aan lof of het verkrijgen van dingen.

Op dezelfde manier zullen we als we niet gehecht zijn aan de verwachting dat onze vriend altijd aardig voor ons zal zijn, ons toe zal lachen, en ons altijd zal helpen wanneer we dat vragen, geen pijn ervaren als onze vriend verandert en het tegenovergestelde doet van wat we verwachten. Er is dan geen pijn in ons hart. Onze geest blijft kalm en vredig. Door het opgeven van de begeerte die gehecht is aan de vier begeerlijke objecten, hebben we geen probleem als de vier onbegeerlijke objecten zich aan ons voordoen. Zij kunnen ons dan geen pijn doen en onze geest niet verstoren.

Gedachten aan de wereldse belangen hechten aan de vier begeerlijke objecten van dit leven. Zonder deze gedachte is er zoveel kalmte en vrede in onze geest dat het ontmoeten van de vier onbegeerlijke objecten ons niet stoort. Het ontmoeten van de vier begeer-

lijke objecten verstoort ons dan ook niet. Als iemand ons prijst of ons bekritiseert, dan zal dat onze geest niet verstoren. Er is dan stabiliteit en gemoedsrust in ons leven. Er zijn dan geen 'ups' en 'downs' meer. Zo brengen we evenwicht in de acht wereldse belangen.

Hoe houden we onze geest vredig wanneer zich problemen voordoen? Hoe beschermen we onze geest zodat het ervaren van de vier onbegeerlijke objecten ons niet verstoort? Dit lukt door ons te realiseren dat gehechtheid aan de vier begeerlijke objecten het probleem is. We dienen ons de tekortkomingen van de vier begeerlijke objecten te realiseren en onze gehechtheid op te geven. Dat is de basis psychologie. Als we deze methode gebruiken zullen zelfs ongewenste situaties ons niet verstoren.

Geshe Chengawa placht de acht wereldse belangen in balans te brengen door het reciteren van dit vers:

> "Gelukkig zijn als het leven gemakkelijk is
> en ongelukkig zijn als het leven moeilijk is;
> alle handelingen gericht op het geluk van dit leven
> dienen te worden losgelaten alsof ze giftig zijn.
> Het heilzame en het schadelijke zijn enkel functies van de geest.
> Breek daarom met de motivatie die schadelijk is en met de motivatie die noch heilzaam noch schadelijk is."

Minder begeerte betekent minder pijn.

(Dit laatste heeft betrekking op fysieke, verbale en mentale activiteiten met een neutrale motivatie; ze worden onvoorspelbaar genoemd.)

De beste manier om onze geest te trainen is door de vier onbegeerlijke objecten te verwachten in plaats van de vier begeerlijke. Verwacht kritiek en geen respect. Deze beoefening van onthechting die begeerte afbreekt is de beste psychologische methode. Als we onze geest trainen onbegeerlijke dingen te verwachten, als iets onbegeerlijks dan inderdaad gebeurt, dan komt het, omdat we het verwachten, niet als een schok en het doet dan geen pijn.

Voordat we iets van de boeddhistische leer wisten, voordat we meditatie beoefenden, zagen we ongemak, oninteressante geluiden, kritiek en het niet verkrijgen van materiële dingen als ongewenste problemen. Als we de natuur van de geest onderzoeken die gehecht is aan materiële dingen, aan comfort, aan interessante geluiden en aan lof, dan zien we dat die geest niet gelukkig is. We zullen ontdekken dat dat ook lijden is. Het is niet het geluk dat het verondersteld te zijn vóórdat we over de boeddhistische leer gehoord hadden. Het is niet vredig, het is pijnlijk.
De geest die gehecht is raakt vastgeketend aan het begeerde object. Als we geprezen worden: "Jij bent zo intelligent", "Je spreekt zo goed", "Jij begrijpt de leer zo goed", dan raakt onze geest gehecht aan de lof en is niet langer vrij. Als een lichaam vastgeketend met kettingen, zo is de geest vastgeketend met gehechtheid. De geest is als het ware vastgelijmd aan het object, als een mot dat in gesmolten kaarsvet vliegt; zijn hele lichaam, vleugels en pootjes komen helemaal vast te zitten in het kaarsvet. Zijn lichaam en ledematen zijn zo kwetsbaar dat het uitermate moeilijk is ze uit het kaarsvet los te maken. Of de geest is als een vlieg die verstrikt raakt in een spinneweb; zijn ledematen raken helemaal verstrikt en het is zeer moeilijk ze van het web te scheiden. Of als mieren die vastzitten in honing. Gehechtheid is de geest die vastgeketend is aan een object.

BEGEERTE IS DE BRON VAN ALLE PROBLEMEN.

Zoals Lama Tsong Khapa in zijn 'Uitgebreide verhandeling over de stadia van het pad naar de verlichting' (Lam Rim Chenmo) zegt:

> "We volgen begeerte in de hoop voldoening te krijgen, maar het volgen van begeerte leidt slechts tot ontevredenheid."

In werkelijkheid is ontevredenheid het resultaat van het volgen van de begeerte. We proberen het keer op keer, maar er is slechts ontevredenheid. Het volgen van begeerte en het niet vinden van voldoening is het belangrijkste probleem van het cyclische bestaan. Kanker of aids hebben bijvoorbeeld is niet het belangrijkste probleem. In vergelijking tot het probleem dat we hebben als we onze begeerte volgen en geen voldoening vinden, is kanker of aids niets. Ze gaan immers niet door van het ene naar het andere leven. Als we in dit leven (terwijl we een perfecte menselijke wedergeboorte hebben), niets doen aan het probleem van het volgen van begeerte, dan zal het van leven tot leven doorgaan.

Verwacht kritiek en geen respect.

Het volgen van begeerte bindt ons voortdurend aan het cylische bestaan, zodat we keer op keer het lijden van de zes bestaanswerel-

den ervaren; keer op keer, zonder einde. Als we voortdurend onze begeerte volgen is er geen echte voldoening, geen echte vrede. Het volgen van begeerte leidt ons alleen maar naar onvrede, en het voortdurend ervaren van het lijden van het cyclische bestaan.

we leven, hoe meer slecht karma we creëren, hetgeen er de oorzaak van is dat we vele eonen lang lijden zullen ervaren in de lagere bestaanswerelden. Daarom is de gedachte aan de wereldse belangen veel schadelijker dan de vijand die ons dood.

Ontevredenheid is het resultaat van het volgen van de begeerte.

Het is de gedachte aan de wereldse belangen die ons telkens weer de ziekten brengt die ons zoveel angst inboezemen. Telkens weer, van leven tot leven, brengt het alle ernstige problemen die een mens kan ervaren. Het creëert voor ons het karma deze problemen steeds opnieuw te ervaren. Gedachten aan wereldse belangen, begeerte waarmee we vasthouden aan dit leven is de ernstigste ziekte. In vergelijking tot de wereldse belangen stellen de andere problemen niets voor.

Het citaat van Lama Tsong Khapa over begeerte vervolgt met:

"Begeerte brengt zoveel andere problemen met zich mee. Door begeerte te volgen wordt de geest ruw en vol ontevredenheid."

Honderden problemen komen voort uit ontevredenheid. Als er sterk verlangen is, dan is het bijvoorbeeld heel gemakkelijk boos te worden. Hoe sterker de ge-

lijk op leegte te mediteren. Het is op dat moment ook onmogelijk na te denken over de tekortkomingen van begeerte.

Als we sterke begeerte hebben voor een object, dan worden we erg ongelukkig als we er niet dichtbij kunnen zijn. We kunnen ons niet ontspannen. Er is geen lichamelijke ontspanning omdat er geen geestelijke ontspanning is. Omdat de geest door begeerte niet ontspannen is, is er geen lichamelijk comfort of ontspanning, ook al hebben we geen bijzonder zwaar werk te doen.

Er zijn nog veel meer voorbeelden van de tekortkomingen van begeerte. Denk aan alcohol- en drugsverslaafden. Hun leven wordt zo ongelukkig, zo onbeheersbaar, dat ze niets meer kunnen doen. Zij beschadigen vooral hun bewustzijn en hun geheugen.

Ontevredenheid creeërt de voorwaarden voor ziekte.

Als we de gedachte aan de acht wereldse belangen die ons vastbinden aan het cyclische bestaan zelfs niet hebben als iemand ons doodt, dan is er niets anders dan dat ons lichaam verandert. Ons bewustzijn neemt een ander perfect menselijk lichaam aan of onze geest gaat naar een zuiver boeddha gebied. Het feit dat we gedood worden is slechts een voorwaarde om naar een ander lichaam te verhuizen. Maar als al onze gedachten uitgaan naar de wereldse belangen en we geen Dharma beoefenen, en niemand doodt ons en we leven tot we honderd zijn, dan gebruiken we ons mensenleven voortdurend om oorzaken voor een lagere wedergeboorte te creëren. We gebruiken ons waardevolle mensenleven om de oorzaken te scheppen voor een onfortuinlijke werdergeboorte waarin we geen gelegenheid zullen hebben de Dharma te beoefenen. Hoe langer

hechtheid, hoe groter de boosheid die opkomt. Als we niet zo gehecht zijn, worden we ook niet zo kwaad wanneer iemand onz van streek maakt. We zijn misschien nog wel verstoord, maar minder. Boosheid, jaloezie en dergelijke, komen op in relatie tot gehechtheid. Door deze gehechtheid komen deze andere negatieve gedachten op, creëren we slecht karma als oorzaak voor de lagere bestaanswerelden.

Als onze geest overweldigd wordt door begeerte, volkomen verduisterd is door begeerte, dan kunnen we niet mediteren. Zelfs al hebben we bijvoorbeeld enig idee van de leegte dan is het toch nog moeilijk er enig gevoel voor op te brengen. Op tijden dat onze geest rustig en vredig is, hebben we er misschien wel enig gevoel voor, maar op het moment dat onze geest verduisterd is en een dikke mist van begeerte alles bedekt, is het onmoge-

Ziekte komt voort uit de ontevreden geest van begeerte, de schadelijke gedachten aan de wereldse belangen. Ontevredenheid creëert de voorwaarden voor ziekten. Dan zijn we gedurende vele jaren ziek en hebben enorme, ongewenste uitgaven van vele duizenden dollars. Als we niet op een juiste manier aan geld kunnen komen, moeten we het stelen. Onze geest wordt verstoord, we krijgen een zenuwinzinking en worden gek. Dan besteden we heel veel geld en tijd aan psychiatrische hulp en belanden in een inrichting. En wat is de oorzaak van dit alles? Eén moment van onbeheersbare begeerte. Dat éne moment waarop we onszelf niet tegen de gedachte aan de wereldse belangen beschermden, toen we even geen Dharma beoefenden, brengt zoveel problemen. De problemen gaan jaren door, kosten ons veel geld en maken ons leven onnodig gecom-

pliceerd. Al deze zorgen en kosten worden veroorzaakt door de gehechtheid aan de acht wereldse belangen. Als we onszelf vanaf het eerste begin hadden gevrijwaard van deze wereldse belangen hadden we al die jaren van ongewenste problemen en kosten kunnen voorkomen. We hadden ze niet hoeven te ervaren.

Het is duidelijk dat begeerte ook de oorzaak is van aids. Aids komt als een mens aan wereldse belangen hecht. Als we aan mensen die seksueel overgedragen aids hebben, vragen hoe hun geestesgesteldheid was toen ze de eerste symptomen begonnen te ervaren, dan zeggen ze dat er een zeer sterke seksuele begeerte was. Gedurende de tijd van die schadelijke geestesgesteldheid begonnen zij koorts te krijgen, te zweten en te verzwakken. Ziektes als aids en kanker komen voornamelijk door de gehechtheid aan de wereldse belangen. Datzelfde geldt voor relatieproblemen. Als we niet proberen enige zelfbeheersing te hebben, dan kunnen de relatieproblemen eindeloos doorgaan. Het leven wordt een hel. Dan ervaren we de hel al voordat we naar de hel gaan, terwijl we nog in een menslijk lichaam zitten. Er is een hel in iedere richting. We voelen onszelf volledig in een val verstrikt. We kunnen bijna niet meer ademen.

Als onze begeerte niet vervuld wordt, als we niet krijgen wat we hebben willen, is het tijd voor zenuwinzinkingen en gedachten aan zelfdoding. Kortgeleden had een Dharmastudent in Zwitserland dit soort problemen en pleegde zelfmoord. Hij heeft zichzelf opgehangen. Ik denk dat hij wat Dharmalessen had gevolgd, maar hij had niet veel beoefeningen of retraites gedaan. Hij had een goede baan en verdiende veel geld, maar hij had relatieproblemen. Misschien heb je zelf ook wel eens ervaren dat je aan zelfmoord dacht. Dat je door dit soort problemen dacht aan het beëindigen van je mensenleven. Eigenlijk is dit de tekortkoming van begeerte aan de wereldse belangen. De Kadampa Geshe Gonpawa die helderziend was en vele andere realisaties had, zei:

> "Wanneer men de vier begeerlijke objecten, zoals het verkrijgen van materiële zaken, comfort, interessante geluiden of lof ontvangt door een handeling gedaan met de gedachte aan de acht wereldse belangen, dan is dat het enige resultaat van die handelingen en is er geen voordeel voor toekomstige levens. Wanneer de vier onbegeerlijke resultaten uit die handelingen voortkomen, dan is er zelfs geen voordeel in dit leven."

Het volgen van begeerte en het niet vinden van voldoening is het belangrijkste probleem van het cyclische bestaan.

Vaak zullen activiteiten die verricht zijn met de gedachte aan de acht wereldse belangen en de vier begeerlijke objecten voortbrengen, uiteindelijk ook leiden tot de vier onbegeerlijke gevolgen. We kunnen bijvoorbeeld steeds succes hebben in onze zaken. Door dat succes handelen we steeds meer vanuit de gehechtheid aan werelds belang. Na enige tijd komt er een eind aan ons karma voor succes en ervaren we het karma van falen. We kunnen in één dag een bedelaar worden. De éne dag zijn we miljonair, de volgende dag weten we niet eens hoe we de huur moeten betalen en voor ons gezin moeten zorgen. De hele wereld stort in. Dit is te wijten aan het verrichten van activiteiten met de gedachte aan de wereldse belangen. Alhoewel we materiële welstand hebben bereikt zijn we niet tevreden en gaan we door met handelen vanuit de gedachte aan werelds belang. Door ons vroegere succes is op een zekere dag ons karma voor succes uitgeput en stort alles in. Iemand die gisteren rijk en zonder financiële zorgen was, moet zich vandaag ineens zorgen maken over zoiets eenvoudigs als de zorg voor zijn gezin. Hij weet niet wat te doen en kan niet meer eten of slapen.

Zelfs als we met succes één, twee of drie keer stelen, kan dat succes niet onbeperkt doorgaan. We moeten wat zelfbeheersing hebben over onze begeerte. We moeten enige tevredenheid vinden. Anders zullen we, omdat we doorgaan met stelen, op een bepaald moment zeker gepakt worden. Wat de fout ook is, door hem te blijven herhalen zal hij op een kwade dag zeker een groot probleem worden. De tekortkoming van begeerte is dat het uiteindelijk tot veel onbegeerlijks leidt.

Onszelf bevrijden van begeerte wordt een grote bescherming. Het afbouwen van gehechtheid aan een object of een persoon betekent dat al de andere negatieve geestesgesteldheden niet meer opkomen en we dus niet langer al die negatieve karmische gevolgen creëren. Het verschaft daarom ongelooflijk veel bescherming. Normaliter creëren we door gehechtheid aan een bepaald object veel negatief karma met betrekking tot andere voelende wezens. Door deze gehechtheid af te bouwen stoppen we de oorzaak voor de lagere bestaanswerelden.

Er ontstaat grote vrede als we onszelf bevrijden van de gedachten van begeerte. Concentreer

je op deze echte vrede die je onmiddellijk kunt ervaren door jezelf van begeerte te bevrijden. Als we ons hierop richten, is er geen probleem. Wanneer we proberen dit grotere geluk te bereiken; deze echte vrede, dan wordt tijdelijk geluk oninteressant en niet moeilijk los te laten. Het is als het oprapen van gebruikt toiletpapier. Wees je hiervan bewust, dan is er geen gevaar dat we depressief of gek worden.

Zo zien we dat er geen keus is, ongeacht het aantal problemen dat we hebben. We moeten de Dharma beoefenen. Het beoefenen van Dharma betekent het onder controle brengen van je eigen geest, je begeerten leren beheersen. Vergeet voorlopig maar dat we het ascetische leven van zuivere Dharma beoefening zouden kunnen leven. In de eerste plaats zullen we voor gemoedsrust en geluk in dit leven zorgen en het afremmen van de vermeerdering van problemen, onze begeerten, moeten beheersen.

HET BEEINDIGEN VAN HET CYCLISCHE BESTAAN

Nagarjuna zegt:

> "Activiteiten die voortkomen uit begeerte, haat en onwetendheid zijn schadelijk. Activiteiten die voortkomen uit niet gehecht zijn, niet boos zijn, niet onwetend zijn; zijn heilzaam. Of ze nu wel of niet heilzaam zijn, activiteiten worden verzameld door de geest."

Zolang we het verkrijgen van materiële zaken, comfort, prettige geluiden of lof begeren; zolang we het niet verkrijgen van materiële zaken, ongemak, onprettige geluiden of kritiek willen vermijden; zolang wordt iedere activiteit gemotiveerd door begeerte, haat of onwetendheid. Dit betekent dat er meer schadelijke dan heilzame acitiviteiten zijn.

Hierover wordt in de tekst gezegd: "Het is bijzonder belangrijk te proberen geen begeerte naar geluk in dit leven op te wekken. Als deze begeerte toch opkomt, probeer die dan los te laten."

De Meester Atisha zegt:

> "Als de wortel giftig is, zijn de takken en de bladeren ook giftig. Als de wortel geneeskrachtig is, zijn de takken en de bladeren ook geneeskrachtig. Op die manier is alles wat gedaan wordt met begeerte, haat en onwetendheid schadelijk."

Met andere woorden, iedere activiteit, of die nu landbouw, zaken doen, vechten, helpen van vrienden en bekenden of mediteren betreft, wanneer die activiteit wordt gedaan met gedachten aan de wereldse belangen, met gehechtheid aan dit leven, gemotiveerd door begeerte, woede of onwetendheid, wordt zoals het hier zegt: "enkel de oorzaak voor het cyclische bestaan en de lagere bestaanswerelden".

Het beoefenen van groot mededogen helpt om begeerte te beheersen.

De tekst zegt verder:

> "Om vanaf het allereerste begin de essentie te nemen, dient men gehechtheid aan dit leven op te geven."

Het nemen van de essentie refereert aan het waardevolle mensenleven. Hier volgt een citaat uit een tantrische les die gewoonlijk gegeven wordt als motivatie tijdens de voorbereiding voor een tantrische initiatie:

> "Zij die veel toewijding hebben en voorbij het cyclische bestaan wensen te gaan, is toegestaan de mandala binnen te gaan. Men moet echter geen resultaten voor dit leven verwachten."

Dit betekent dat we niet moeten zoeken naar geluk, materiële zaken, comfort, reputatie, respect enzovoort, welke tot dit leven behoren. Het citaat gaat verder:

> "Degeen die begeerte heeft naar dit leven zal de betekenis die voorbij het cyclische bestaan gaat, niet bereiken."

Dit betekent dat de activiteiten van degenen die dit leven begeren geen oorzaak zullen worden voor de verlichting, hetgeen de staat voorbij het cyclische bestaan is. We kunnen dat als volgt begrijpen.

Zodra we begeerte hebben losgelaten, zien we nergens meer problemen.

Als het ons doel is in dit leven alleen geluk te bereiken, als dat het enige is dat we verwachten, dan zal niets van wat we doen aan werk, gebeden reciteren, initiaties ontvangen, eten, en slapen zuivere Dharma worden. Al deze activiteiten worden dan niet heilzaam. We hopen geluk te verkrijgen, maar het enige dat we uiteindelijk van deze activiteiten krijgen is lijden. Zelfs al doen we ons werk met het doel geluk in dit leven te bereiken, dan worden onze handelingen eigenlijk obstakels voor dit geluk en zijn er de oorzaak van dat we het niet zullen vinden. We begrijpen dit als we kijken naar onze eigen levenservaringen en naar die van anderen.

Het citaat besluit:

> "Zoeken om voorbij het cylische bestaan te gaan zal resulteren

in de ontwikkeling van het cyclische bestaan van dit leven."
Dit betekent dat iedereen die alleen maar naar de verlichting streeft en de Dharma beoefent om dit te bereiken, op een natuurlijke wijze geluk in dit leven zal ervaren, alhoewel hij dat niet verwacht.
In zijn 'Brief Aan Een Vriend' zegt Nagarjuna:

> "Als er een vonk op je haar of je kleren terecht komt en het gevaar bestaat dat je in brand vliegt, dan veeg je het vonkje onmiddellijk weg. Op dezelfde manier is het zeer de moeite waard om te proberen niet weer te incarneren."

Als er een vonkje op ons valt, vegen we dat zonder omhaal weg. Zo handelen we als het gaat om een klein probleem dat niet naar een lagere bestaanswereld leidt en ons niet onafgebroken laat lijden in het cyclische bestaan, maar slechts een gaatje in onze kleren brandt.
Al onze problemen worden veroorzaakt door het feit dat we zijn wedergeboren in het cyclische bestaan van deze fysieke en mentale processen (aggregaten). Deze zijn veroorzaakt door verstorende emoties en karma en vergiftigd door het zaad van verstorende gedachten. Doordat we zijn wedergeboren, ervaren we het allesdoordringende lijden, het daaruit voortvloeiende lijden door verandering en het manifeste lijden. We ervaren dit lijden niet alleen in dit leven maar, dit huidige cyclische bestaan wordt de basis van alle cycli van bestaan in toekomstige levens en van al het lijden in toekomstige levens. Dit proces gaat eindeloos door.

Nagarjuna zegt dat deze situatie veel ernstiger is dan wanneer er een vonkje op ons landt, dat we gelijk wegvegen; dat we zouden moeten proberen niet opnieuw te worden wedergeboren. Hoe kunnen we proberen niet te worden wedergeboren? Zoals vermeld in de leringen is gehechtheid de keten die ons aan het cyclische bestaan bindt. Gehechtheid is de voornaamste oorzaak voor het cyclische bestaan van toekomstige levens. Behalve dat we in dit leven negatief karma creëren, leiden gehechtheid en vasthouden ten tijde van onze dood tot een bepaalde cyclische wedergeboorte van ons volgende leven. Wanneer we ons realiseren dat we stervende zijn, hechten we ons ook nog aan ons lichaam, onze aggregaten. Aangezien gehechtheid de belangrijkste oorzaak van het cyclische bestaan is, wordt het afbouwen van gehechtheid de belangrijkste Dharma beoefening teneinde niet opnieuw te worden geboren. Dit is de manier om het voortduren van het cyclische bestaan te beëindigen.

Het beoefenen van Dharma betekent het onder controle brengen van je eigen geest.

De conclusie is dat alle Dharma beoefenaars gehechtheid aan comfort in dit leven zouden moeten opgeven. Tenzij we dit opgeven kunnen we onmogelijk de naam 'Dharmabeoefenaar' dragen. Alles wat gedaan wordt met begeerte die het comfort van dit leven zoekt is geen Dharma. Met deze begeerte bestaat er geen Dharmabeoefening. Er is een Tibetaans gezegde: Aangezien een paard niet het karakter van een leeuw heeft, noem je een paard niet leeuw. De Kadampa Geshe Gyampa zegt:

> "Onthechting van dit leven is het eerste begin van Dharma. Je doet geen enkele Dharmabeoefening en toch voel je je trots dat je een Dharmabeoefenaar bent, hoe vreemd! Ga eens na of je de eerste stap van Dharma, onthechting van dit leven wel op je bewustzijnsstoom hebt."

Aangezien we geen problemen en wel geluk willen hebben, zullen we zelfs als we denken dat we geen religieus mens zijn toch onze begeerten moeten beheersen. Er is geen andere oplossing. We kunnen begeerte en de andere verstorende emoties niet verminderen door medicijnen te slikken, een operatie te ondergaan of door andere externe methoden. De methode is te denken aan de tekortkomingen van begeerte en aan het korte leven. Dit is essentiële psychologie, zelfs voor niet boeddhisten die het ook niet willen worden. Er is geen andere oplossing. Teneinde minder problemen in ons leven te hebben moeten we nadenken over de tekortkomingen van begeerte. Als we begeerte elimineren bestaan er geen problemen meer. Zodra we begeerte hebben losgelaten, zien we nergens meer problemen.
Het beoefenen van groot mededogen helpt om begeerte te beheersen. Het verwisselen van jezelf met anderen hetgeen betekent dat je jezelf ten bate van anderen wegcijfert of dat je een heel warm hart hebt met meer belangstelling voor het verwijderen van het lijden en verwerven van geluk voor anderen, lost vele problemen op.

Als je geest niet sterk genoeg is om groot mededogen te beoefenen moeten we de problemen die voortkomen uit begeerte stoppen door te mediteren op de perfecte menselijke wedergeboorte en vooral op de vergankelijkheid en sterven. Door ons te herinneren dat het leven zeer kort is en de dood op ieder moment kan plaatsvinden, en dit in verband te brengen met de lagere bestaanswerelden, karma enzovoort, kunnen we begeerte stoppen.

Zoals ik al eerder heb gezegd is Shantideva's 'geheim van de geest' niet één of andere hoge realisatie. Het bewustzijn van de tekortkomingen van de acht wereldse belangen en nadenken over vergankelijkheid en sterven kan ook gezien worden als het 'geheim van de geest'.

Het mediteren op vergankelijkheid en dood en het erkennen van de tekortkomingen van begeerte in het inzicht dat alle problemen uit begeerte voorkomen, geven ons de kracht om te besluiten ons te onthechten en de gehechtheid aan dit leven op te geven. Het nadenken over vergankelijkheid en dood bevrijdt ons. Deze twee inzichten maken ons sterk en verzwakken de wereldse belangen. Ze geven ons de kracht gehechtheid aan dit leven af te bouwen en ons van begeerte te bevrijden.

Als we het geheim van de geest niet realiseren, dan zullen we, zelfs al willen we geluk en geen lijden, het tegenovergestelde ervaren. Zonder tijdelijk en uiteindelijk geluk dolen we dan door het cyclische bestaan, terwijl we voortdurend lijden ervaren. Zijn we ons echter bewust van dit 'geheim van de geest'; de verheven betekenis van de Dharma, dan kunnen we geluk bereiken en lijden elimineren, zodat we niet langer doelloos ronddolen in het cyclische bestaan.

Vertaald door: Getsulma Tenzin Kalzang.

Geshe Sonam Gyaltsen

HET MAITRICENTRUM

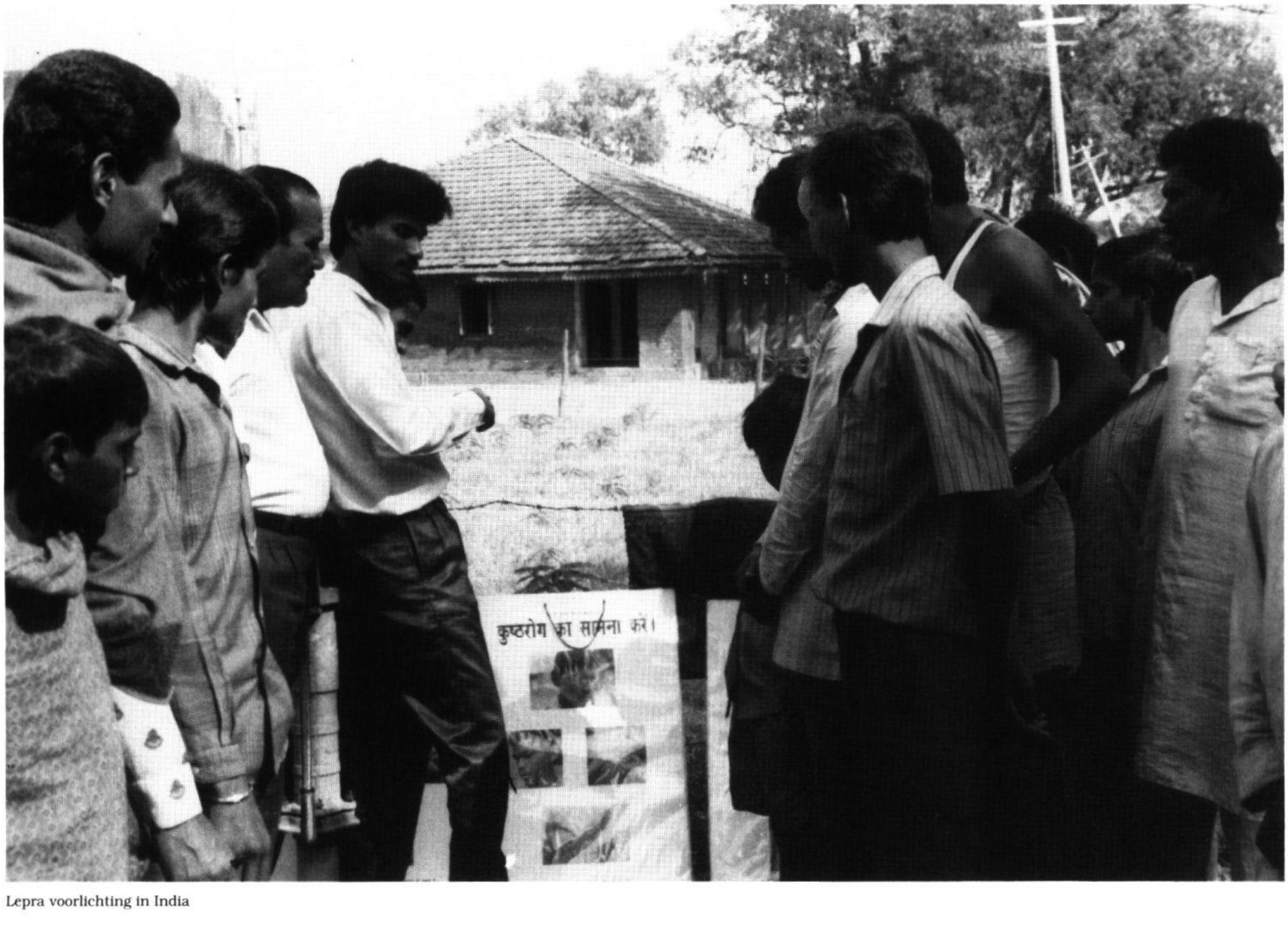
IN DIENST VAN ANDEREN
EEN LEPRA-PROJECT VOOR ZOWEL LICHAAM ALS GEEST.

Het was de wens van wijlen Lama Thubten Yeshe dat de FPMT, de Federation for the Preservation of the Mahayana Tradition, zorg zou dragen voor een leprakolonie om zo het onderricht van liefde en mededogen van Boeddha Sakyamoeni in praktijk te brengen. Lama Yeshe had gezien dat mensen die zijn aangetast door lepra, enorme behoefte hebben aan liefde en zorg. Dat komt niet alleen door hun fysieke problemen, maar vooral door het stigma wat drukt op leprapatiënten, waardoor ze in een enorm sociaal isolement terechtkomen. Zijn toegewijde leerling Lama Thubten Zopa zag in dat vooral dit aspect maakt dat ze grote behoefte hebben aan aandacht. Hij kende ook de wens van Adriana Feranti om te werken voor leprapatiënten en vroeg haar een project in Bodhgaya te starten. Hij liet het aan haar over om de organisatievorm te kiezen.

DE OMGEVING.

De staat Bihar met daarin het district Bodhgaya ligt ten Zuiden van Nepal, met een bevolking van zestig miljoen inwoners. Het behoort tot een der armste en meest achtergebleven gebieden van India. Als men met een riksha door de overvolle vuile straten van het dorp Gaya wordt gedragen, ziet men in alle richtingen stoffige vlakten, onderbroken door huizen van leem, groepen vervuilde kinderen, honden en enkele bomen. Een beeld van openlijke armoede, waaronder analfabetisme, een groeiende overbevolking en corruptie schuilgaat in een der meest gewelddadige staten van India. Hier leeft het grootst aantal lepralijders van India.

Is in Bodhgaya, de plaats waar Boeddha Sakyamoeni 2500 jaar geleden de Verlichting bereikte, de sfeer van de serene Stoepa en de prachtige tempels nog voelbaar, in Gaya heerst een teneerdrukkende gejaagdheid. Iedereen probeert de 'hel van Gaya' te vermijden. Hier vinden we het kantoor waaruit Adriana Ferranti, een Italiaanse Dharmastudente van Lama Thubten Yeshe en Lama Thubten Zopa het Maitricentrum gestalte pro-



Maitri

Lepra voorlichting in India

beert te geven. Naast de vele moeilijkheden die het runnen van het project met zich meebrengt, worstelen de medewerkers met vele onverwachtte electriciteitsstoringen, afgebroken telefoonverbindingen, vuilnishopen, het altijd aanwezige verstikkende stof, het overlopende rioolwater in de regentijd en de diefstal in huis en op straat.

HET MAITRICENTRUM

Adriana besloot, het S.E.T. programma, het nationale lepra-project van India te volgen, dat als doel heeft de ziekte geheel uit India te bannen. Twee jaar nadat ze haar verzoek had ingediend bij de overheid van de staat Bihar, kwam de toestemming en op 17 juli 1989 werden de activiteiten gestart, met 1 paramedische werker in dienst en de actieve steun van de arts van een naburig lepracentrum. Het project kreeg de naam Maitricentrum. Maitri is het Sanskriet woord voor 'liefde voor al wat leeft'.

[illegible]AT IS LEPR[illegible]

Lepra - de Hansen-ziekte - die nauwelijks meer in het Westen voorkomt, is een der meest voorkomende ziekten in de ontwikkelingslanden. Dit is te wijten aan een gebrek aan hygiëne, slechte voeding en overbevolkte huizen.
Hoewel lepra overdraagbaar is, is het een der minst besmettelijke. Het wordt veroorzaakt door het mycobacterium leprae bacil (verwant aan de T.B. bacil). Er zijn twee vormen: de niet besmettelijk Pancibacillaire vorm (P.B.) en de besmettelijke Multibacillaire (M.B.) vorm. De ziekte heeft een hele lange incubatietijd, soms tot 10 jaar, wat het moeilijk maakt om de besmettingsbron op te sporen.
De bacil tast de zenuwen van armen en benen aan. Als de zenuwbeschadigingen permanent worden, heeft dit vervormingen aan de ledematen tot gevolg, wat het bekende beeld geeft van de zogenoemde klauwhanden en stompvoeten. Doordat het tastzintuig uitvalt, beschadigen deze patiënten gemakkelijk hun handen en voeten omdat ze ongevoelig worden voor hitte en vuur. Zo raken ze op een snelle weg naar volkomen invaliditeit, die gepaard gaat met sociale isolatie.

LEPRA KAN WORDEN GENEZEN

Als lepra in een vroeg stadium wordt behandeld, kan het worden genezen en uitgebannen. Maar zover is het nog lang niet. Het vraagt een enorme inspanning van vele professionele leprawerkers die het S.E.T. programma in praktijk moeten brengen. Daarom is zelfs een kleine vrijwilligersorganisatie als het Maitri centrum goed georganiseerd en worden daar dezelfde kwaliteitsnormen gehanteerd als in de grote onderzoekscentra.

HET S.E.T. PROGRAMMA
Het S.E.T. programma steunt op drie pilaren: 1. het ontdekken van patiënten die besmet zijn met lepra (Survey); 2. het geven van voorlichting en opvoeding (Education); 3. de behandeling met een combinatie van medicijnen (Treatment).

1. HET ONTDEKKEN VAN DE LEPRA-PATIENT.
Door het sociale stigma rondom lepra, gaan de meeste mensen niet uit zichzelf naar een kliniek als ze symptomen bij zichzelf ontdekken. Ze wachten zo lang tot er onherstelbare beschadigingen zijn opgetreden. Daarom is het nodig van deur tot deur te gaan en scholen en fabrieken te bezoeken om leprapatiënten te ontdekken. (het veldwerk).
Dit gigantische werk wordt uitgevoerd door daartoe opgeleide paramedische werkers (P.M.W.) die de ruggegraat van het S.E.T. programma vormen. Ontdekte gevallen worden naar de open lucht klinieken gestuurd, waar ze onderzocht worden door de arts, die de diagnose bevestigt. Dan wordt er een regiestratiekaart van de patiënt gemaakt en de behandeling ingesteld. Per panchaya is er één kliniek, waar patiënten kosteloos worden behandeld.

2. HET GEVEN VAN VOORLICHTING EN OPVOEDING.
De gezondheidsopvoeders geven voorlichting over lepra.
Adriana: "Voor mij is de S.E.T. voorlichting te materialistisch. Om het stigma te vernietigen zeggen ze: 'het is een ziekte zoals alle andere, de oorzaak is een bacil, er is geen vloek in het spel'. Ik denk dat dat de verkeerde manier is. Iedere omstandigheid in een mensenleven komt van karma. Dit is de boeddhistische visie."

3. DE BEHANDELING MET ANTIBIOTICA (MULTIDRUG TREATMENT).
Zodra de diagnose is gesteld wordt er begonnen met de behandeling, die bestaat uit het toedienen van anti-biotica, (M.D.T. Multi Drug Therapy), die de infectie binnen 6 (P.B.) tot 24 (M.B.) maanden onder controle brengt. Na een paar maanden is de persoon niet langer besmettelijk.
Nadat de patiënten zijn ontslagen van behandeling wordt er iedere 6 maanden door de paramedisch werker een uitstrijkje gemaakt, welke wordt onderzocht op aanwezigheid van leprabacillen. 'Ontslagen van behandeling' wil zeggen dat de lepra tot rust gekomen is; officieel is de patiënt genezen, maar er kunnen recidieven plaatsvinden. M.B. gevallen moeten tot 5 jaar na behandeling worden onderzocht.

Zijn er eenmaal beschadigingen opgetreden, dan is het degenaratieve proces in de botten moeilijk te stoppen. Het bacil heeft zich in het beenmerg genesteld en kan steeds opnieuw opvlammen in een recidief. Bij een recidief moet de patiënt hoge doses steroïden nemen, waarbij reacties op kunnen treden. Vaak vlamt de ziekte weer op als de medicatie wordt gestopt. Daarom bezoeken zowel arts als paramedische werker de patiënt regelmatig tot de ontsteking weer onder controle is.

Ten gevolge van de ongevoeligheid van de zenuwen, ontstaan er beschadiging aan handen en voeten. Bij ernstige deformaties is ziekenhuisopname nodig voor reconstructieve chirurgie.

De enige echte behandeling is preventie. Als de ziekte behandeld wordt zodra ze zich manifesteert, kunnen ernstige deformaties worden voorkomen, zelfs bij M.B. patiënten.

DE ONTWIKKELING VAN HET MAITRICENTRUM

In 1990, het eerste jaar van haar bestaan werden er 80 patiënten genezen. De motivatie was hoog.
Hoewel het Maitri project voor Indiase begrippen hoge salarissen uitbetaalde en zelfs plannen had voor het instellen van een pensioenfonds, ontstonden er in 1991 onlusten onder de staf, een bekend verschijnsel onder de leprawerkers in India.
Er kwamen zelfs aantijgingen in de plaatselijke courant en vooral Adriana moest het ontgelden. De hele staf werd ontslagen. Het project lag drie maanden stil en de 240 patiënten kregen geen behandeling. In oktober 1991 kon men weer van start en na een paar maanden werkte Maitri weer op volle kracht.

Eind 1992 bestond het personeel uit: een directeur, 1 part-time arts, 3 paramedische werkers, twee assistent paramedische werkers, een part-time accountant, een chauffeur, die samen de zorg droegen voor 436 patiënten; 245 P.B. en 191 M.B..
In totaal waren er in $3^1/_2$ jaar 869 patiënten behandeld, waarvan 342 ontslagen van behandeling, (304 P.B. en 38 M.B.)
Daarvan waren 85 patiënten genezen verklaard. Naar schatting waren er nog 650 gevallen te ontdekken. Er stonden 11 klinieken in verschillende panchayas.

In 1993 werd een kliniek gestart in de stad Bodhgaya. Het veldwerk werd geïntensifeerd. Steeds meer mensen leerden vertrouwen op het Maitricentrum.
Omdat het Maitricentrum niet beschikt over de nodige faciliteiten, werkt men samen met het katholieke lepracentrum Damien in het district Dhambar, wat wel een ziekenhuis heeft, waar de meest ernstige gevallen met reconstructieve chirurgie worden behandeld.

DE FINANCIELE SITUATIE

In 1990 zegde een Spaans leprafonds, Manos Unidas, een financiële bijdrage toe voor het bouwen van een lepracentrum. Helaas raakte het bedrag verloren in het doolhof van de Staatsbank van India. Door interne verandering in de organisatie bleef verdere hulp uit.

In maart 1992 besloot het Italiaanse lepra-fonds Amici di R. Follereau het Maitri project financieel te steunen, maar op 1 december werd deze steun om onbekende redenen weer ingetrokken. Nu is er geen fonds meer dat geld geeft.
Interviewer: "Hoe kom je aan geld?"

Adriana: "Ik weet het niet! Er is een Italiaanse dame die het centrum vanaf 1990 financieel steunt. Ze beloofde Lama Zopa Rinpochee om het project te ondersteunen. Dank zij haar konden we het dit jaar net redden. Er komen ook enkele donaties uit de V.S., hoewel steeds minder. We komen op een punt waar echt geld nodig is. Toen ik hoorde dat Amici ons zou verlaten, vroeg ik Lama Zopa Rinpochee om iemand die geld voor ons kan inzamelen en onlangs heeft iemand in Hong Kong en iemand in de V.S. aangeboden iets te doen."

"Ik denk dat het lijkt of ik gek ben, omdat ik doorga met het opzetten van nieuwe projecten, terwijl er geen financiële basis is. Maar als er geen grond is en geen fysiek centrum, nemen mensen in India je niet serieus. Land is vreselijk belangrijk. India is erg op bezit. Bovendien kunnen we geen optimale zorg geven, omdat we in een aantal faciliteiten niet kunnen voorzien."

HET PROJECT ANDERE GENEESWIJZEN

Patiënten met een recidief moeten worden behandeld met massa's stereoïden om zenuwbeschadigingen te voorkomen. Hun toch al zo geplaagde lichaam moet dan weer een krachtige therapie verdragen. Voor mensen in deze delicate situatie zou een meer natuurlijke behandeling zeer welkom zijn. Dank zij de actieve steun van Zijne Heiligheid de Dalai Lama heeft het Tibetaans Medisch Instituut in Dharamsala haar medewerking toegezegd voor een onderzoek naar een andere behandelwijze met één van haar beste artsen.
Het Damien Lepra Centrum heeft hiertoe zijn medewerking toegezegd, maar tot nu toe is het niet

van de grond gekomen. Het Tibetaans Medisch Instituut wordt ongeduldig en heeft het al bijna opgegeven.

OVER DE PERSOON ADRIANA FERANTI

"Er was een tijd dat mijn leven gevuld was met verveling. De dagen en maanden kropen langzaam voorbij. Dat lijkt me nu een ander leven nu de dagen en maanden zich ontrollen in een duizelingwekkende opeenvolging van gebeurtenissen, rampen, successen, teleurstellingen, hoop. Soms lijkt het of ik in een snelle film beland ben uit de tijd van Charlie Chaplin."

Interviewer: "Hoe kwam je ertoe om met lepra patiënten te werken?"
"Hoe kan ik het zeggen, ik hoop niet dat het gek klinkt, maar het was een mystieke inspiratie. Ik was al boeddhist, maar de manier waarop ik de inspiratie kreeg was zeer christelijk. Het gebeurde toen ik nog in Italië woonde."

"In 1972 toen ik 30 jaar was, kwam de grote verandering. Ik zag in, dat als ik mijn leven zinvol wilde besteden, ik wat voor anderen moest doen. Ik wist niet precies wat, maar ik begreep dat als ik bleef zoeken, er iets zou komen. En dat gebeurde. Opeens wist ik het: Ik wilde werken met lepra patiënten. Er waren geen twijfels meer, heel vreemd, want in die tijd had ik niets met lepra te maken."

"In 1982 ging ik naar India voor de eerste Dharma Celebration van de F.P.M.T.. Ik ben daarna naar een lepracentrum gegaan in het Zuiden van India waar ik 6 weken ben gebleven. Daar leerde ik over de ziekte en behandeling."

"Ik ging terug naar Italië hoewel ik graag wilde beginnen in een lepracentrum, maar Lama Zopa Rinpochee vond het nog te vroeg. Ik moest in het Lama Tsong Khapa Instituut blijven. Dat is één van de grootste zuiveringsperioden in mijn leven geweest!"

"Eind 1986 ging ik naar India met het idee een lepracentrum te stichten. Ik volgde een conferentie in een lepracentrum in Zuid India en koos voor het S.E.T. programma. In september 1987 kon ik eindelijk beginnen."

Interviewer: "Ben je de enige Westerling in het centrum?"
"Ja, ook de enige boeddhist. Ik werk vrij geïsoleerd. Ik zou wel wat meer Westerlingen om me heen willen hebben. Wat ik zou willen is een rechterhand, een assistent, die zou zoveel kunnen doen! Als je in mijn huis (dicht bij het Maitri centrum) komt, zie je overal papieren. Het lukt me niet om ze te verwerken. Ik schreef erover in de Mandala, maar niemand wil naar Bodhgaya komen. Voor twee dagen, ja. Het zou beter voor me zijn als het kantoor in Bodhgaya was ja, want daar kun je nog mensen vragen wat voor je te doen, maar niemand komt naar Gaya."

Interviewer: "Hoe ziet je dagschema eruit?"
"Ik maak programma's en programma's, maar ze komen geen van alle uit. Ik ga laat naar bed en sta vroeg op. 's Morgens mediteer ik. Om 7.00 uur neem ik een kop koffie en ontbijt. Daarna ga ik aan het werk. 's Avonds kan ik niet zeggen wat ik gedaan heb. Maar ik ben wel de hele dag bezig geweest."

Interviewer: "Waar haal je de inspiratie vandaan om zo alleen te werken in zulke moeilijke omstandigheden?"
"Omdat ik dit echt wil doen. Lepra werk is mijn persoonlijke inspiratie. Ik weet precies wat ik wil bereiken. Dat helpt. Steeds als ik mensen ontmoet, geef ik ze een heel positief beeld. Ik ga naar ze toe met heel duidelijke verzoeken. Ik ben erg vastbesloten en geef niet op. Voor mij is nee geen antwoord. Dus als ik nee hoor, zoek ik naar andere wegen, ik geef het de tijd, maar ik geef niet op."

Interviewer: "Je weet precies wat je wilt?"
"Ja, ik ben een visionair. Ik zie het centrum, zoals dat zich in de toekomst zal gaan ontwikkelen. Ik doe wat ik zie. Als je zo duidelijk

Maitri

Ernstige deformatie van de handen

bent over dingen is het heel moeilijk. Wat ik denk is niet intellectueel. Als ik het opschrijf lijkt het intellectueel, omdat ik de kracht van schrijven heb, maar in werkelijkheid bestaat het centrum al in mijn hoofd."

Interviewer: "Wat wil je bereiken?"
"Het Lepracentrum is een klein deel van een groter geheel. De structuur is zo opgezet, dat het de weg opent naar meer sociale ontwikkeling; zoals kinder- en volwasseneneducatie, gezondheids- en landbouwprogramma's, verbetering van hygiëne enzovoort. Zodat ook gezonde mensen ervan kunnen profiteren en het economische vooruitgang brengt. Maar er moet veel en zorgvuldig over nagedacht worden, je moet het dorpsleven begrijpen. Je moet iets opzetten, wat past binnen de dorpsstructuur, anders werkt het niet."

Interviewer: "Maakt je werk je gelukkig?"
"Jammer genoeg is mijn geest nog steeds gevangen in bepaalde dingen. Alleen op kritieke momenten besef ik dat ik gelukkig ben. Ik denk dat één van mijn problemen is dat ik een perfectionist ben. Dat kan een serieuze handicap zijn, weet je. Voor mezelf en voor anderen, want ik ben heel erg veeleisend. Daarom ben ik moeilijk tevreden te stellen. Dat moet zich nog wijzigen. Deze wereld en mijn geest zijn niet perfect, dus wat verwacht ik? Misschien is het probleem dat ik die visioenen heb. Misschien moet ik wat meer geduld, wat meer tolerantie ontwikkelen zonder op een dwaalspoor te raken. Want één ding is voor mij heel duidelijk. Ik kan het niet met minder doen."

"Aan de andere kant moet ik wel flexibel zijn en accepteren wat er op dit moment mogelijk is. Dat vind ik moeilijk. Het is waarschijnlijk één van de grootste lessen die ik in al deze jaren, met al deze tegenvallers geleerd heb. Ik voel me geen held om wat ik doe. Ik doe gewoon wat ik wil doen. Ik heb ook geen zin om iets anders te doen. Ik bewonder mensen die dingen doen, die ik niet zou kunnen. Dit is mijn weg. Dat is alles. Intellectueel is dat niet te verklaren. Er is niets, waarmee ik het gevoel kan vergelijken dat ik heb als ik onder lepra mensen ben. Het is heel vreemd. Ik was eens in een lepraziekenhuis en voelde: 'hier hoor ik thuis'. Misschien ben ik in een vorig leven leprapatiënt geweest. Er is een heel sterke karmische relatie."

Interviewer: "Wat vinden de anderen ervan dat je boeddhist bent?"
"Iedereen weet dat het een boeddhistisch centrum is. Dat verberg ik nooit. Ze merken het ook, want Rinpochee wordt betrokken in alle belangrijke beslissingen. Dan horen ze me weer zeggen: "Eerst moet ik het aan Rinpochee vragen". Ik weet niet hoe ze dat waarderen."

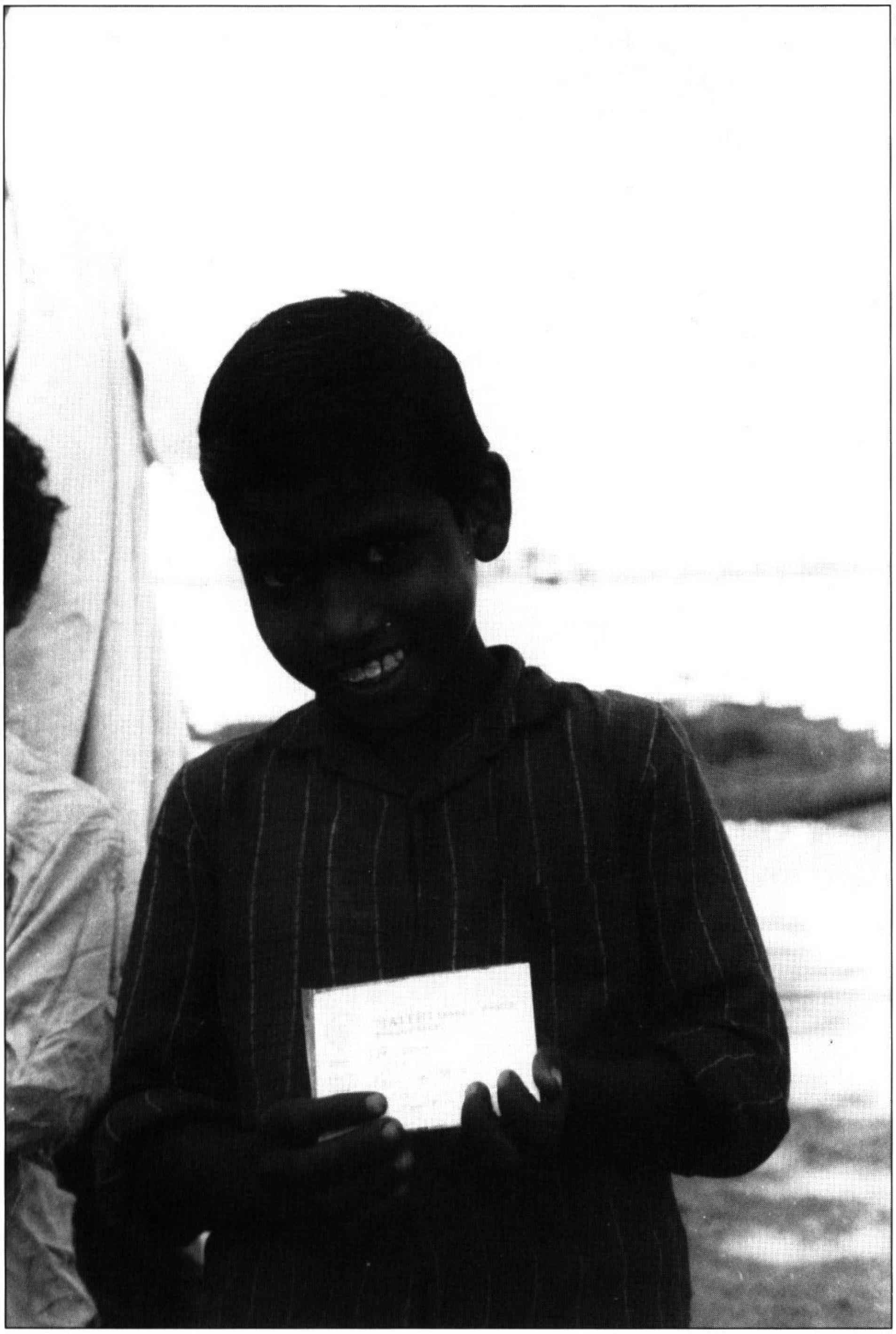
EEN EIGEN CENTRUM

Uitziende naar de gelukkige tijd dat lepra geheel uitgebannen zal zijn, heeft het Maitri Leprosy Centre een project gepland met een klein ziekenhuis, een revalidatie werkplaats, een tijdelijk opvanghuis voor dakloze patiënten, een dagkliniek, een meditatieruimte, een ontmoetingshal en kantooruimte. Op deze manier wil het haar eigen kleine kolonie stichten.
Revalidatie bestaat uit fysiotherapie en sociale revalidatie, een werkplaats waar reeds gehandicapte patiënten een vak kunnen leren.

Adriana: "We hopen te vermijden dat leprapatiënten ernstig gehandicapt raken, maar voor diegenen die het nu al zijn, willen we ambachten onderwijzen die ze kunnen uitoefenen en die in de dorpsstructuur passen. De basis van dit programma is dat de mensen thuis worden behandeld, om stigmatisering te verminderen. Als mensen uit hun eigen situatie worden gehaald, zijn ze pas echt leprozen. Als ze thuis zijn, blijven ze deelnemen aan de maatschappij. De uitvoering is niet zo gemakkelijk. We hadden een deskundige nodig, die India kent en het programma kon uitwerken maar die ontbreekt nog. Daarom zijn we er nog niet mee begonnen."

Toen Lama Thubten Zopa januari 1993 opnieuw een bezoek aan het Maitri project bracht, ging hij in op het belang van een eigen centrum en doneerde 1000 dollar. Enkele dagen later vond Manos Unidas de 87.000 dollar terug die verloren waren geraakt in de Staatsbank van India. Met dat geld zou tweederde van het bouwproject kunnen worden gefinancierd.

Adriana: "De eerste stap is het kopen van land. Dat is het grootste probleem. In India is dat vreselijk moeilijk, in Bihar in het bijzonder en het meest nog in het district
Bodhgaya. We hebben nu een stuk land op het oog in de buurt van Gaya, dichtbij de universiteit. We waren al bijna klaar met de onderhandelingen, toen we ontdekten dat dit stuk land onaanraakbaar was, dat wil zeggen dat het ieder moment door de regering kan worden opgeëist. Toen ontdekten we dat er nog een stuk land van de regering was. Daar wordt nu over onderhandeld. Beslissingen worden genomen door de politiek en omdat de politieke macht niet werkt in Bihar - behalve op een zelfvervullend niveau - functioneert ook de administratieve macht niet. Er is nooit geld, er wordt veel verspild aan


Maitri

Blij en genezen verklaard

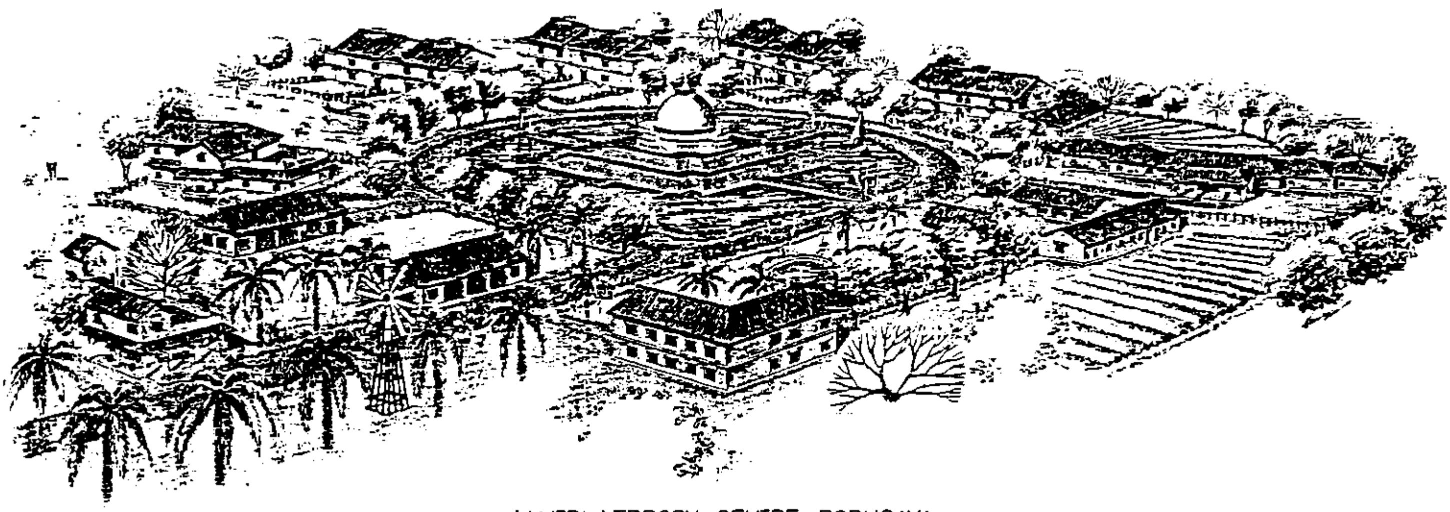
overbodige zaken, het is een wanhopige situatie. De Indiase regering heeft wel overal programma's uitstaan, maar ze werken niet."

"Een paar maanden geleden toen ik op het punt stond om het op te geven, vroeg ik Lama Zopa Rinpochee om raad en volgens zijn observaties zouden we het stuk land krijgen. Daarom blijf ik eraan vasthouden, maar iedere dag komt er een nieuw obstakel. Twee weken geleden zou het eindelijk gebeuren. Ik moest mijn vertrek naar Nederland uitstellen om de verkoop te regelen, 15% van het bedrag was al betaald, toen kwam de staking in het registratiekantoor en kon de koop weer niet doorgaan. De mensen die met me werken zouden het al 100 x hebben opgegeven. Dit is het Indiase drama."

"Dan vragen ze je: 'Waar ben je ze druk mee? Wat doe je.' En dat vraag ik mezelf ook dikwijls af: 'waar gaan je dagen aan op?'"

"Een ander probleem is dat voordat je aan de gebouwen toe bent er zoveel andere dingen zijn die gedaan moeten worden! De infrastructuur, electriciteit, water, de muur om het land.
Het eerste wat je in India doet, nadat je het contract hebt getekend is een muur om je land zetten. Anders stelen ze alles weg, het materiaal, de planten, alles. Een muur is duur en we proberen de kosten zo laag mogelijk te houden. Dus zullen we er eerst prikkeldraad omheen bouwen. Dat is al 140.000 roepees (5000 dollar). Na die tijd moeten we dat weer toch weer vervangen voor een andere muur. Maar je moet het doen!"

Interviewer: "Wat is je toekomstvisie?"
"Het doel is om een ruimte te creëren, waar koelte en schoonheid heerst. Hiervoor is gekozen voor een structuur met veel bomen, zowel fruit- als schaduwbomen en prachtige planten. Voor de gebouwen zullen de nieuwste technieken gebruikt worden met blokken van samengeperste aarde die het voordeel hebben, dat ze toch lijken op de traditionele bouw. Maitri wil een inspriatiebron zijn voor anderen om te bouwen in een stijl die tegelijkertijd ecologisch verantwoord is en aangepast aan het klimaat. Als we een centrum hebben komt er ook een Stoepa, waar mensen omheen kunnen lopen. Mensen vinden het idee van een Stoepa goed. Ik wilde een tempel bouwen, maar Rinpochee reageerde hier niet op, tot ik hem het plan liet zien. Toen zei hij dat het goed zou zijn als er een Stoepa kwam. En een gebedswiel. Toen ik



MAITRI LEPROSY CENTRE, BODHGAYA
D.A.A.T

hem de gastenhuizen liet zien en hem toonde waar zijn kamer was, zei hij meteen: "Ik zal daar een jaar gaan wonen."

KIRTI TSENSHAB RINPOCHEE 1991:
"TOEN WE VOOR HET EERST HOORDEN DAT VEERTIG LEPRAPATIENTEN WAREN GENEZEN, VOELDEN WE GROTE BEWONDERING VOOR DE STAF VAN MAITRI LEPROSY CENTRE. DIT WERK IS HET WAARD GEPREZEN TE WORDEN! IN DIENST TE ZIJN VAN EEN ORGANISATIE, DIE WERKT VOOR HET WELZIJN VAN ANDEREN IS GOED. MAAR MENSEN DIE WERKEN MET LEPRAPATIENTEN VERDIENEN NOG MEER ONZE BEWONDERING EN LOF, WANT ZIJ ZIJN NOG ZELDZAMER."

LAMA ZOPA RINPOCHEE:
"ALS WE IN DIT LEVEN, WAT ZO KORT IS, ONS KOSTBARE MENSELIJKE LICHAAM NIET GEBRUIKEN OM ANDEREN TE HELPEN EN HEN GOED TE DOEN, DAN HEEFT HET LEVEN GEEN ZIN, IS ER GEEN GELUK EN TEVREDENHEID. DOOR VOOR ANDEREN TE WERKEN MET DIE MOTIVATIE, VIND JE GELUK EN BEVREDIGING."

Als u meer over het Maitri Leprosy Centre wilt weten kunt u schrijven. (Bodhgaya, Gaya District, Bihar 824231, India. Tel: 09-91-631 20704).

* **Noot van de schrijver:** Dit artikel is samengesteld uit informatie uit de Nieuwsbrief van Maitri en een interview met Adriana Feranti, dat op 10 augustus 1993 plaatsvond in Nederland.

*** Het bezoek van Adriana aan Nederland houdt verband met het vinden van fondsen. In januari 1994 zullen de Wilde Ganzen vliegen voor het Maitri Leprosy Centre. De organisatie van de Wilde Ganzen heeft een verdubbelingsactie voorgesteld, wat wil zeggen dat als er fl. 15.000 zal worden opgehaald door een éénmalige actie, dit bedrag zal worden verdubbeld door de Wilde Ganzen. Het totale bedrag zal ten goede komen aan het Maitri Leprosy Centre.**

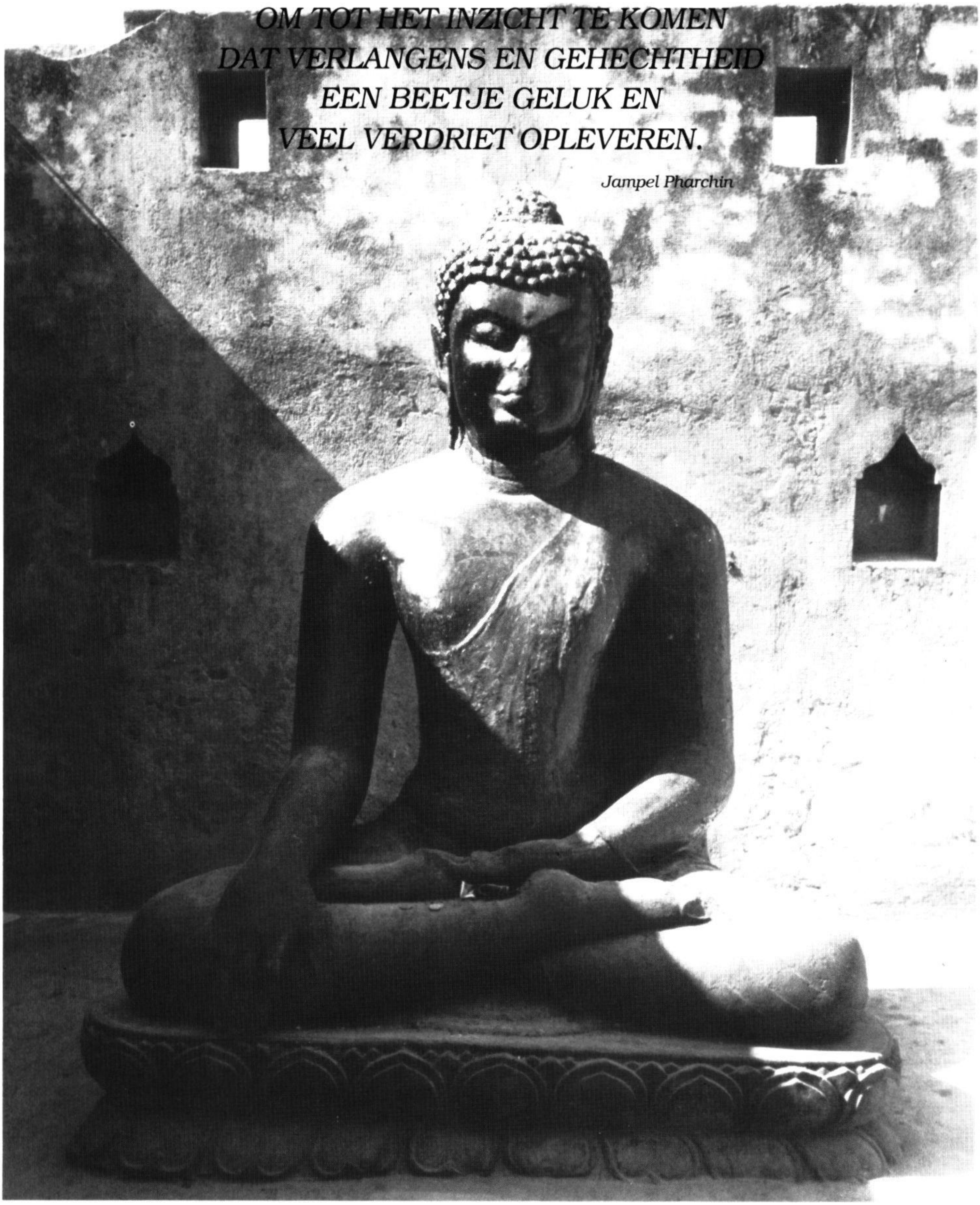
Door Koosje van der Kolk.

GEDICHT

OVERDENKING

HET IS EEN EENZAME STRIJD
OM TOT HET INZICHT TE KOMEN
DAT VERLANGENS EN GEHECHTHEID
EEN BEETJE GELUK EN
VEEL VERDRIET OPLEVEREN.

Jampel Pharchin



DIGNAGA

Dit is het zesde artikel in onze serie over de grote Indiase meesters die een wezenlijke bijdrage leverden aan de ontwikkeling en bloei van het boeddhisme. De commentaren waarmee deze Indiase wijsgeren de moeilijke punten van de leer van de Boeddha toelichtten, vormen nog altijd een belangrijk onderdeel van de studie aan de Tibetaanse kloosteruniversiteiten. Bovendien is het leven van deze grootheden voor talrijke boeddhisten een bron van inspiratie.

Dignaga werd ongeveer in het begin van de 5de eeuw geboren in Simhavaktra, bij Kanchi in het zuiden van India. Hij werd tot monnik gewijd bij de meester Nagadatta van de Vatsiputriyaschool van het Bescheiden Voertuig, die ook beroemd was om zijn kennis van de Brahmaanse filosofische tradities, de Nyaya, Vaisheshika, Samkhya en Mimamsa. De Vatsiputriya's hielden er een speciale theorie over het zelf op na, waarbij ze beweerden dat er wel zo'n zelf was, maar dat het niet uit te drukken was - wat doet denken aan de latere beweringen van de Uttaramimamsa of Vedantaschool. In zijn zoektocht naar het zelf heeft Dignaga naar men zegt overdag naakt gemediteerd met alle ramen open en 's nachts met lampen en vuur aan om zijn 'niet uit te drukken zelf' te vinden, met als enig resultaat dat hij zijn leraar moest melden dat hij daarin niet geslaagd was. Zijn leraar vatte dit als indirecte kritiek op en stuurde Dignaga weg om ergens anders te gaan studeren.

Volgens de traditie studeerde Dignaga bij Vasubandhu in Nalanda, wat kan betekenen dat hij een leerling werd van Sthiramati of een andere opvolger van Vasubandhu, toen de school nog vol energie was door de recente invloed van de grote meester. In ieder geval maakte Dignaga zich alle geschriften van het Bescheiden en het Grote Voertuig eigen, evenals alle belangrijke commentaren en verhandelingen. Hij beoefende zelfs tantrische meditaties en heeft naar men zegt de speciale mystieke gave van veelvuldige verschijningen en openbaringen rechtstreeks van Manjushri zelf verkregen.

Hij trok zich terug in Orissa om enige jaren in het woud te mediteren, maar keerde terug naar Nalanda om het klooster te verdedigen tegen geleerde Brahmaanse uitdagers die bedreven waren in logica en epistemologie. Dignaga werd beroemd door de grote Brahmaanse logicus Sudurjaya te verslaan en hem en zijn leerlingen tot het boeddhisme te bekeren. Maar liever dan aan te blijven als hoofd van de school, gaf hij er de voorkeur aan terug te gaan naar Orissa en zijn contemplatieve leven.

Na enige tijd besloot hij een 'Compendium van Betrouwbare Cognitie' te schrijven om een betrouwbaar systeem van epistemologie en logica onder de aandacht te brengen, dat gebaseerd was op een kritiek op de diverse methodes die in filosofische kringen van die tijd overheersten. Op een rots bij de grot waar hij als kluizenaar verbleef schreef hij voor het eerst het bijzondere begroetingsvers:

> "Ik betuig mijn eerbied aan de Leraar, de Gelukzalige, de Redder, die het goede voor allen wil en de verpersoonlijking is van de rede! Om betrouwbare cognitie uiteen te zetten, verzamel ik hier een synthese van al mijn verspreide commentaren."

Men zegt dat toen hij dit neerschreef de aarde beefde, een verblindend licht verscheen en de donder door de heldere hemel rolde. Een Brahmaanse asceet, Krishnamuni, zag en hoorde dit alles. Hij kwam naar de grot terwijl Dignaga uitgegaan was om te bedelen en veegde de versregels uit. Dignaga schreef ze opnieuw; opnieuw werden ze uitgeveegd. De derde keer liet Dignaga een berichtje achter: "Dit is een belangrijk vers, dus veeg het alstublieft niet voor de lol uit. Als u het er niet mee eens bent, veegt u alleen het krijt uit en niet de gedachte. U zou tevoorschijn moeten komen en dan zullen we debatteren."

Toen hij deze keer terugkwam wachtte Krishnamuni hem al op. Ze debatteerden en Dignaga versloeg hem drie keer. Hij zei: "Nu hebt u verloren! U moet de Boeddhadharma volgen!" In plaats daarvan werd Krishnamuni woedend en deed magische vlammen ontstaan die de kluizenarij in de as legden en Dignaga bijna doodden. Dignaga werd erg somber, want als hij deze ene zeer intelligente Brahmaan al niet eens kon helpen, wat zou het dan voor nut hebben om zijn 'Compendium' te schrijven? Hij gooide zijn schrijfkrijtje in de lucht en zei: "Als het op de grond valt zal ik de universele verlichtingsgeest opgeven!" Plotseling verscheen Manjushri en ving het krijtje in de lucht op. "Doe dat niet, mijn zoon! Je intelligentie zal afnemen als je alleen bevrijding voor jezelf zoekt in het Bescheiden Voertuig. Geen van de Brahmaanse pandits zal ooit jouw verhandeling schade berokkenen. Ik zal jouw spirituele vriend zijn totdat jijzelf het stadium bereikt. En in de toekomst zal jouw verhandeling het enige oog van alle levende wezens worden!" Aldus aangemoedigd toog Dignaga weer aan het werk.

Dit 'Compendium' van Dignaga is ononderbroken bestudeerd, tesamen met de belangrijke commentaren erop door Dharmakirti, van toen af aan tot de moderne tijd, eerst overal in India en vervolgens in Tibet en Mongolië. Kort geleden

is de invloed ervan begonnen in Japan en het Westen, aanvankelijk door het werk van de Russische vertaler en filosoof Theodor Stcherbatski. Toen het werk af was begon Dignaga rond te trekken in de buurt van Orissa, waarbij hij debatteerde en Brahmanen en Hinayana monniken tot het Mahayana bracht en tenslotte de bescherming van de koning verwierf. Hij herbouwde toen zestien kloosters die eerder gesticht waren, maar verwaarloosd waren en in vervallen staat verkeerden. Hij was ook beroemd als tantrische meester en verrichtte talrijke wonderen, terwijl hij tevens over vele mystieke samadhis en ervaringen beschikte dankzij de speciale zegeningen van Manjushri.

Zoals Stcherbatski zelf zo welsprekend en nauwkeurig aangaf, was de prestatie waar het bij Dignaga om draaide de kritische scheiding van de wereld van de zintuigen en van de rede. Alle eerdere Indiase formele logische stelsels waren er niet in geslaagd de reïficerende, tot een concreet ding makende gewoontes om de menselijke concepten te projecteren in de perceptuele werkelijkheid te overwinnen. Daarmee konden ze nooit tot werkelijke empirie leiden. Sakyamoeni Boeddha, Nagarjuna en vele anderen hadden dit natuurlijk persoonlijk overstegen en hadden het naïeve realisme verpletterend bekritiseerd. Het kwam echter op Dignaga neer om dit wezenlijke inzicht in de absolute afwezigheid van constructen in de zuivere ervaring in epistemologische termen uit te werken. Hij moest de alomtegenwoordige wereldconstruerende activiteit van de verbeelding kritisch isoleren - waarbij hij een voorafschaduwing van de Schotse filosoof Hume was - en toch de rol van de conceptualizerende verbeelding en taal in het proces van constructie zelf subtiel begrijpen - waarbij hij vooruitliep op Kant en Wittgenstein. Zijn prestatie is dus niet alleen van grote betekenis in de context van het boeddhisme of het Indische denken, maar moet gewaardeerd worden als een mijlpaal in de geschiedenis van de wereldfilosofie.

Uit: The Speech of Gold, door Prof. Robert Thurman.
Vertaling: Marijke Drost.

EEN VERZOEK VAN ZIJNE HEILIGHEID DE DALAI LAMA AAN ALLE DHARMA STUDENTEN

Raphael

Z.H. de Dalai Lama

Na zijn drie weken durende bezoek aan Frankrijk, sprak Zijne Heiligheid met de organisatoren. Bij deze gelegenheid drukte hij de wens uit, dat Dharmastudenten zich zouden gaan inzetten voor een verbetering van de politieke situatie in Tibet. U ziet zijn verzoek hier afgedrukt. Tevens vroeg hij hen, van nu af aan te benadrukken dat Tibet een vrij en autonoom land is, dat met geweld is bezet. "Niet alleen in het belang van de Boeddha Dharma", zo sprak hij, "maar ook vanwege de bijdrage die het Tibetaans boeddhisme kan leveren aan de wereld, de bijdrage aan de wetenschappelijke ontwikkelingen en ontwikkelingen op het gebied van vrede."

"De meesten onder u zullen ongetwijfeld het belang van liefde en mededogen kennen. Het is vooral de beoefening van mededogen die mij de grootste voldoening geeft. In wat voor omstandigheden ik ook ben, met welke tragedie ik ook word geconfronteerd, ik pas mededogen toe. Dat geeft me innerlijke kracht en geluk. Dat geeft me het gevoel dat mijn leven zin heeft. Ik ben nu 57, bijna 58 jaar en tot aan de dag van vandaag heb ik alles gedaan wat in mijn vermogen lag om liefde en mededogen in praktijk te bregen. En dat zal ik blijven doen tot aan mijn laatste snik, mijn laatste dag. Ikzelf ben de toegewijde dienaar van het mededogen, ziet u, dat is echt wat ik voel.

We hebben de steun nodig van de publieke opinie en uw actieve medewerking als uitdrukking van uw goede wil ten aanzien van onze zaak. Vergeet dat alstublieft niet en ik smeek u, druk bij iedere gelegenheid die zich voordoet uw diepe sympathie uit voor de Tibetaanse zaak.

Als boeddhistisch beoefenaar zoudt u de noodzaak moeten inzien van het behoud van het Tibetaans boeddhisme. Daarvoor is de aarde, het fysieke land van Tibet noodzakelijk. Sinds dertig jaar hebben we gedaan wat we konden om de Tibetaanse tradities levend te houden en we zijn daarin relatief goed geslaagd. Maar uiteindelijk bestaat er volgens ons het reële gevaar dat ze zullen veranderen, dat ze, ver weg van de "voedende bescherming" van het vaderland niet zullen overleven. Om het Tibetaans boeddhisme - dat gezien kan worden als een volledige vorm van de Boeddha Dharma - te kunnen behouden is de heilige aarde van Tibet uitermate belangrijk. Het is zeer onwaarschijnlijk dat Tibet haar culturele en spirituele entiteit zal kunnen behouden als haar fysieke realiteit wordt verstikt door de Chinese bezetting. Daarom kunnen we niet vermijden onze verantwoordelijkheid op ons te nemen en te proberen de politieke situatie te verbeteren.

Vanuit deze optiek gezien is het duidelijk dat de actieve ondersteuning voor de Tibetaanse zaak niet simpelweg een kwestie van diplomatie kan zijn. Het is Dharmawerk. We zijn niet tegen de Chinezen. We hebben in feite een diepe bewondering voor de Chinese beschaving. We proberen alleen onze rechten te krijgen, ons volk te redden en onze Boeddha Dharma te behouden.

Ik droom van een nieuw Tibet, een vrij land, een zône van vrede, waar mijn zes miljoen landgenoten onze spirituele levenswijze weer kunnen herstellen - daarbij de beste aspecten van de moderne wereld in zich opnemend. Ik zie Tibet als een gebied waar alle mensen - onze Oosterburen niet uitgezonderd - kunnen verblijven, waar ze de zuivere lucht en de schitterende schoonheid van de bergen kunnen genieten. Waar ze inspiratie op kunnen doen in een wereld waar het leven vredig is. Waar ze misschien hun eigen wereld beter leren begrijpen door zich er een tijdje van terug te trekken om te mediteren op onze grote hoogten. Alleen met uw hulp zullen we er terug kunnen keren. Daarom is het moment gekomen, dat uw actieve ondersteuning Dharma IS."

Vertaling door: Koosje van der Kolk.

BOS- EN TUIN NIEUWS,

VERSLAG VAN DE TWEEDE WERKWEEK

Cor van der Linde

Inge te Velde

In de maand oktober is er weer een werkweek voor de aanleg en het onderhoud van het bos en de tuinen van het Maitreya Instituut. Nu het nodige snoei- en rooiwerk klaar is en een aantal bomen zijn verplant, is het werk nu vooral gericht op de aanleg van nieuwe projecten. Onder de deskundige leiding van tuinarchitecte Inge te Velde werkte een kleine groep vrijwilligers deze keer aan de aanleg van 'het hart van het centrum'. Het terras dat een groot gebedswiel zal ondersteunen en dat als rotonde tussen de hoofdgebouwen komt krijgt geleidelijk aan vorm. Hier volgt een kort verslag van één van de enthousiaste deelnemers aan deze werkweek.

Het symbool: de lotusbloem. De afgelopen maand oktober is er weer een tuinweek geweest in het Maitreya Instituut. Het centrum is een unieke plek met een prachtig eigen terrein temidden van bossen en akkers. Op het terrein komt tussen de hoofdgebouwen een grote lotus met daarop een gebedswiel. Nadat de grond was geëgaliseerd werd de omtrek van de grote lotus in beton gestort. Het leuke daaraan was dat wij de modder eromheen mochten wegscheppen. De lotus groeit vanuit die modder, maar wordt niet besmeurd door de onzuiverheden van de modder. De lotus symboliseert wijsheid. Deze lotus zal als terras van kleine keien het gebedswiel ondersteunen, dat met elke draai om zijn as positieve energie de wereld in zal sturen.

Mag ieder voelend wezen de inspiratie ontvangen en het uiteindelijke geluk vinden.
OM MANI PEME HOEM

Door: Nico Eygenberger.

Cor van der Linde

Tom van Maanen

LIEVE MENSEN

We rijden nog op 't staartje van de wervelwind-energie dat een bezoek van Lama Zopa Rinpochee altijd met zich meebrengt. "Never a dull moment", al is dat maar het enige dat zeker is in deze constant veranderende wereld. Twee dingen komen mij bij zijn bezoek vooral voor de geest: zijn liefdevolle inspiratie en helderheid.

Het bestuur heeft Geshe Sonam Gyaltsen officiëel - met neerbuigingen, katags en een Sakyamoenie Boeddha beeldje - verzocht voor langere tijd de vaste leraar van het Maitreya Instituut te blijven. Tot onze grote blijdschap heeft hij daarin toegestemd zolang zijn gezondheid het hem toestaat. Wij zijn hier erg gelukkig mee en ik weet zeker zijn geprolongeerde verblijf velen gelukkig zal maken.

Het weekend over sterven, georganiseerd door Koosje van der Kolk was op alle fronten een groot succes. De geweldige lezingen van William Yang, Ina Vonk en Geshe Sonam Gyaltsen gaven veel praktische informatie en men kreeg directe ervaring door de oefeningen. In 1994 zullen we proberen weer zo'n grandioos weekend te organiseren.

Inmiddels zijn Tenzin, Tenzinma en Tsering verhuisd. Ze hebben een royale eengezinswoning gevonden in Vaassen, dus gelukkig niet ver van het Instituut. Hun appartement in het cursusgebouw is met vereende krachten opgeknapt in Tibetaans-Westerse stijl en nu woont Geshe-la daar.

Helaas moet ik bij deze aankondigen dat met ingang van 1-1-1994 de kosten van de losse weekenden (dus niet van het studieprogramma) verhoogd worden met 10 % tot F 165,- . Ook de prijzen van de koffiebar zullen licht stijgen. Zoals u weet betaalt u met het cursusgeld niet voor het Dharma onderricht, dat is en blijft gratis, maar het cursusgeld is nodig voor het draaiend houden van kantoor, gebouwen, gastenverblijf etc. Omdat wij zeker niet willen dat de cursusprijzen een obstakel vormen voor het volgen van Dharmalessen, is voor wie dat echt nodig heeft een korting altijd bespreekbaar.

Sinds de aanvang van het studieprogramma zien wij tot ons genoegen steeds meer retraitanten in het Instituut. De komende jaren zullen wij ook vaste retraite perioden organiseren: een Lam Rim retraite in juli en december; een vasten- en een Groene Tara retraite rond Pasen o.l.v. Thubten Lodreu (Hermes); en een Witte Tara retraite met Saka Dawa o.l.v. Geshe Sonam Gyaltsen.

Als uitsmijter het verheugende nieuws dat de onvolprezen en dierbare Lama Dagpo Rinpochee ons van 26-2 t/m 1/3 weer zal verblijden met zijn waardevolle lessen. Hij zal de 46 bijkomende voorschriften van de bodhisattva gelofte uitleggen en op dinsdag 1 maart geeft hij een Vadjrasattva djenang, de meditatie boeddha van zuivering.

Last but not least wil ik hier de redactie van het Maitreya Magazine bedanken en vooral ook René van Luyn complimenteren voor zijn lay-out. We hebben zelfs telefonisch veel complimenten gehad over het laatste blad. Dank je René!

Door April Elzenga, director

VERSLAG VAN DE PENNINGMEESTER

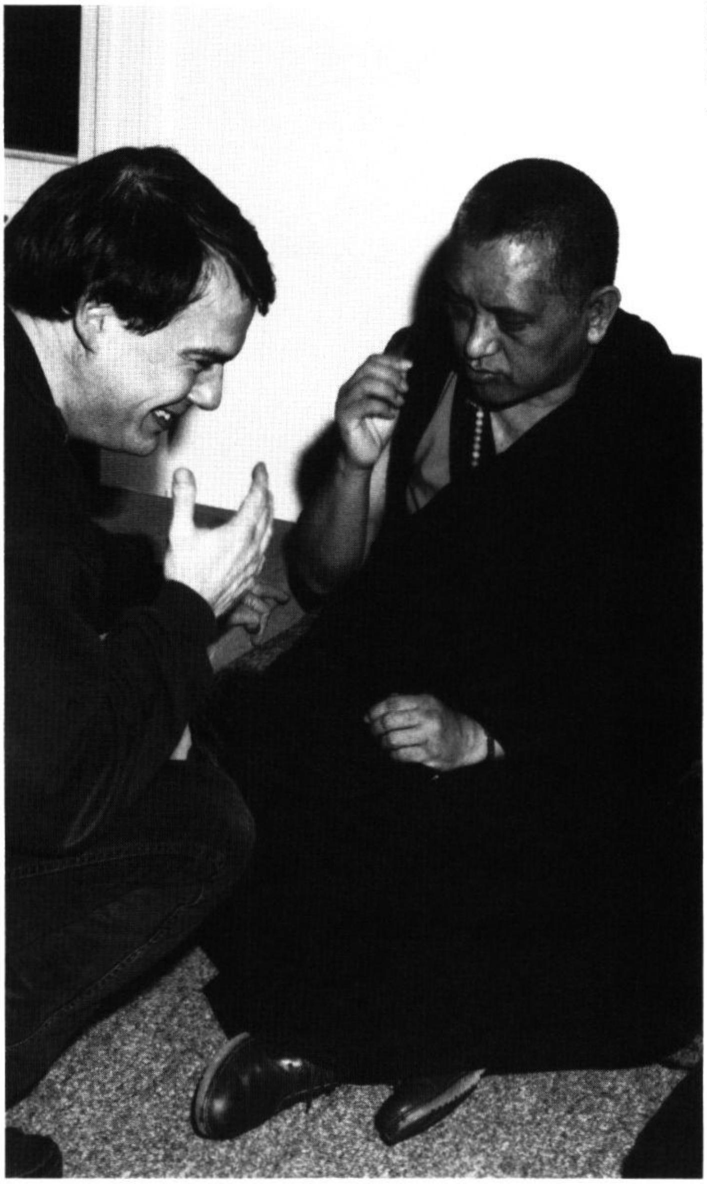
Aan het eind van het jaar is het gebruikelijk dat de penningmeester terugkijkt op het oude jaar en iedereen nogmaals herinnert een financiële bijdrage te leveren. Nu er in het instituut al het een en ander is veranderd kan er nog wel een verandering bij. Ik wil dan ook van deze gelegenheid gebruik maken uw aandacht meer op de toekomst te richten. En niet omdat het beter lijkt het verleden maar te laten rusten. Integendeel, wat in het verleden is opgebouwd moet door een volgende generatie, of in ons geval een nieuw comité en bestuur, op haar waarde worden geschat om als fundament te dienen voor een verdere uitbouw. Vanaf deze plaats wil ik Paula, Jan Paul en Margot nogmaals bedanken voor het goede fundament dat ze hebben gelegd, waardoor het verder uitbouwen van het instituut nu een haalbare uitdaging is voor het nieuwe comité en bestuur.

Met de komst van Geshe Sonam Gyaltsen (Geshe Donden) is het driejarig studieprogramma gestart waarmee het Dharma onderricht een wel zeer speciale dimensie heeft gekregen. Ik denk dat het moeilijk in woorden valt uit te drukken hoe fortuinlijk we als instituut zijn dat we deze leraar in ons midden hebben.

Mijn dank gaat ook uit naar Lama Zopa Rinpochee die, ondanks het grote beslag dat op hem wordt gelegd door zoveel instituten en personen, altijd intens bij ons instituut betrokken is.

Hoe het instituut zich in de toekomst zal ontwikkelen is geheel afhankelijk van de activiteiten welke worden aangeboden en de mate waarin onze studenten daarvan gebruik zullen maken. Indien wij de 'funding' van ons instituut vergelijken met andere soortgelijke organisaties dan valt op dat onze inkomsten niet afkomstig zijn uit vaste bijdragen/contributies van de leden. Ons "lidmaatschap" bedraagt F 25,- per jaar waarvoor men ook nog het Maitreya Magazine toegezonden krijgt. Omdat ik zelf slechts een geïnteresseerde lezer ben kan ik niet anders zeggen dan dat hiermede zeer veel 'value-for-money' wordt geboden gezien de uitstekende inhoud en verzorging van het Magazine waarvoor ik de redactie wil bedanken. Naast deze enige vaste bijdrage bestaan de inkomsten uit vrijwillige donaties, de inkomsten uit de cursussen (weekenden en weken) en de bijdrage die uit de verkoop van boeken, wierook en dergelijke wordt verkregen.

Juist dit maakt het Maitreya Instituut heel bijzonder: onze inkomsten zijn voor het leeuwedeel afkomstig van mensen die een bewuste keuze maken! Als men een vrijwillige donatie doet dan is dit niet om bij een



Jan Paul Kool

Lama Zopa Rinpochee met Arjan Korevaar

'club' te horen die daarvoor financiële voorwaarden stelt. Een donatie aan ons instituut is een bewuste beoefening van vrijgevigheid aan een Dharma centrum en het volgen van een cursus is een bewuste keuze voor het ontwikkelen van de eigen geest waarmee behalve het welzijn van de cursist/student ook het welzijn van anderen wordt gediend.
Naast de donateurs en studenten zijn er velen die als vrijwilliger een bijdrage leveren in de vorm van het beschikbaar stellen van tijd en energie zodat de kosten van het instituut laag zijn. Het feit dat het instituut dus haar bestaansrecht heeft te danken aan de bewuste keuze van zovelen maakt het een zeer bijzonder instituut. Willen wij allen dat het instituut op deze wijze zal blijven voortbestaan dan zullen wij deze staat van geest, die wordt gekenmerkt door bewust handelen, dienen te koesteren en verder te ontwikkelen.

Op het comité en het bestuur rust dan ook de grote verantwoordelijkheid om vanuit dit inzicht zorg te dragen voor de dagelijkse gang van zaken en de continuïteit en zich dienstbaar op te stellen. Als wij hierin slagen, dan hoeven we ons geen zorgen te maken over de financiële situatie van ons instituut; deze loopt immers parallel aan de ontwikkeling van onze geest. Het voorgaande betekent niet dat het instituut uw ondersteuning niet nodig heeft. Daarom volgen hierna de mogelijkheden om uw instituut te ondersteunen.

GESHE ACTIE DONATEUR 1994

In 1992 verblijdde Geshe Sonam Gyaltsen het Maitreya Instituut met zijn komst. Hij blijkt over kwaliteiten te beschikken die hem bijzonder geschikt maken voor de rol van spirituele leraar. De door hem gegeven cursussen zijn dan ook een succes.

In 1994 en de daarop volgende jaren zal de eerwaarde Geshe een uitgebreid programma onderwijzen in Emst in de vorm van een 3-jarig studieprogramma, waarvan de algemene thema's, de Lam Rim weekenden ook afzonderlijk gevolgd kunnen worden. Deze nieuwe formule bleek in een behoefte te voorzien. Het studieprogramma in deze vorm mag uniek worden genoemd.

Evenals voorgaande jaren biedt het M.I. de cursussen aan tegen kostprijs; u betaalt alleen de kosten van accomodatie en de maaltijden. Voor het levensonderhoud van de spirituele leraar is een Geshe Actie Fonds opgericht. Het is heel belangrijk in de boeddhistische traditie dat de leraar voor zijn inspanningen geen salaris krijgt, hij werkt immers niet met de motivatie geld te willen verdienen, maar uitsluitend voor het welzijn van zijn leerlingen. We zijn er tot op heden redelijk in geslaagd het verblijf van Geshela en de kosten van zijn vertaler uit vrijwillige donaties van de studenten te betalen.
Deze werkwijze behaagt de leraar en zorgt er tevens voor dat de kostprijs van de cursussen laag kan blijven.
Wij willen graag proberen ook in 1994, in overeenstemming met de traditie, die het hart van Geshela heeft, op deze manier in zijn levensonderhoud te voorzien. Daarom roepen we alle deelnemers aan de Geshe Actie op ook in 1994 donateur te blijven.
Nieuwe studenten wijs ik op de mogelijkheid met een bedrag vanaf F 10,- per maand een wezenlijke bijdrage te leveren aan de ondersteuning van de vaste leraar Geshe Sonam Gyaltsen.
Het M.I. stelt hier een korting van 10% op alle losse cursussen tegenover. Deze korting geldt dus niet voor het drie jarig studie-programma. Donaties aan de Geshe Actie zijn uitsluitend bestemd voor de maandelijkse kosten van levensonderhoud. Daarom ontvangen wij uw donatie bij voorkeur maandelijks, op onze postbankrekening 43.05.057 of ING Bank 65.85.11.548. Overschrijvingen bij uw bank of postbank zijn kosteloos wanneer u gebruik maakt van een automatische overschrijving onder vermelding: **'Geshe Actie'**.

VRIJWILLIGERS

Binnen het Maitreya Instituut zijn legio mogelijkheden om hulp te bieden bij alle voorkomende werkzaamheden. Het Instituut dankt zijn bestaan aan de belangeloze inzet van haar medewerkers. Heeft u tijd beschikbaar schrijf dan eens een brief aan de vrijwilligers-coördinator van het Maitreya Instituut met wat u denkt te kunnen doen en wanneer.

U mag ook even bellen voor een afspraak. Regelmatig worden werkweken georganiseerd voor onderhoudswerkzaamheden zoals het schilderen van gebouwen en bos- en tuinonderhoud, en momenteel voor de aanleg van een hart in het centrum. Als u dicht bij Emst woont kunt u misschien 1 of meerdere dagen of dagdelen meehelpen met werkzaamheden op het kantoor.

DONATEURS

Wij zijn natuurlijk ook heel blij met donateurs die een éénmalige donatie doen of die een legaat of erfstelling vastleggen. **Donaties aan het Maitreya Instituut waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting.** Voorwaarde is wel dat het totaal van door u gedane donaties aan instellingen (zoals b.v. Het Rode Kruis) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

F 25,- OF F 37,50
MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1994

Deelnemers aan cursussen worden geacht lid/abonnee te zijn van het Maitreya Magazine à F 25,- per jaar. Voor een gezinslidmaatschap is dat F 37,50 (met recht van deelname aan cursussen door alle gezinsleden). Voor abonnees buiten Nederland,

maar binnen Europa F 40,- en voor de Overige Landen (per luchtpost) F 50,- per jaar.

F 100,- MAITREYA MAGAZINE & FPMT LID 1994

U kunt uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut en de internationale FPMT (Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition) waarvan het M.I. deel uitmaakt, laten blijken door F 100,- Lid/Abonnee FPMT te worden. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2x het Engelstalige blad **Mandala** en vier Engelstalige nieuwsbrieven thuisgestuurd.

f 300,- KORTING DONATEUR MM ABONNEE & FPMT LID 1994

Een andere goede manier om uw Maitreya Instituut te ondersteunen is om F 300,- KORTING DONATEUR 1994 te worden voor F 25,- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze postbank rekening 46.51.510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. (automatische machtiging verkrijgbaar op het postkantoor of bij uw bank). U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine, 2x per jaar het Engelstalige blad **Mandala** en vier Engelstalige nieuwsbrieven thuisgestuurd.

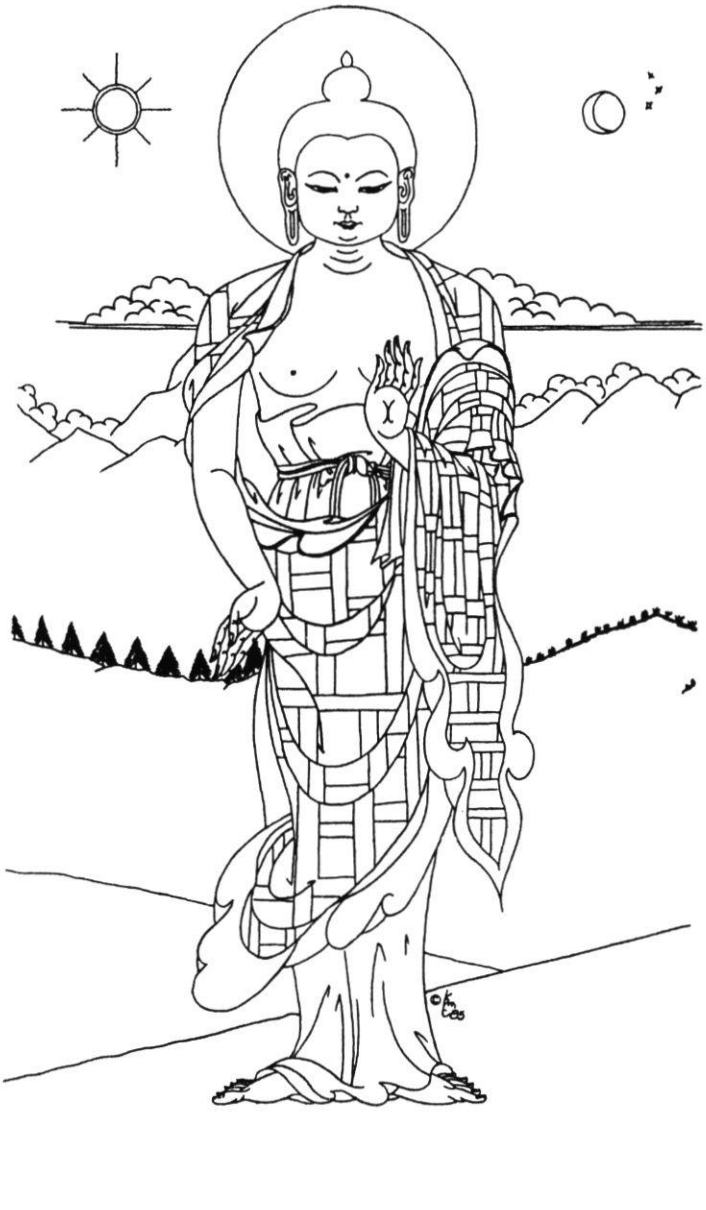
Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook in onze winkel (ook voor telefonische bestellingen) en **10% korting** op alle losse cursussen in het Maitreya Instituut. U bent automatisch internationaal FPMT lid, hetgeen steeds meer voordeel oplevert bij bezoeken aan een van de ca. 70 aangesloten centra in de hele wereld.

LEENFONDS

Een andere vorm van donatie voor het werk van het Maitreya Instituut is het leenfonds. Daarin kunnen bedragen vanaf F 2500,- gestort worden, die gegarandeerd binnen vijf dagen na het ontvangen van de opdracht retour worden gestort op bank- of girorekening van degene die het geld aan de stichting heeft geleend.
Deelnemers aan dit leenfonds, waarbij geen rente wordt uitgekeerd aan de leningverstrekker, hebben het voordeel dat er dus ook geen belasting hoeft te worden betaald over de rente die anders over dit geld zou worden ontvangen. Het Maitreya Instituut laat deze gelden op een aparte rekening van de ING Bank staan en maakt, om alle risico's te vermijden, op geen enkele manier gebruik van het geld, anders dan het ontvangen van rente. Aangezien deze rente voor de stichting onbelast is ontstaat op deze manier een aantrekkelijke vorm van inkomsten.

Deelnemers aan dit leenfonds kunnen bedragen vanaf F 2500,- storten op rekening nummer: 65.85.11.548 van de ING Bank t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. Schrijf dan alstublieft ook even een briefje naar onze administratie.

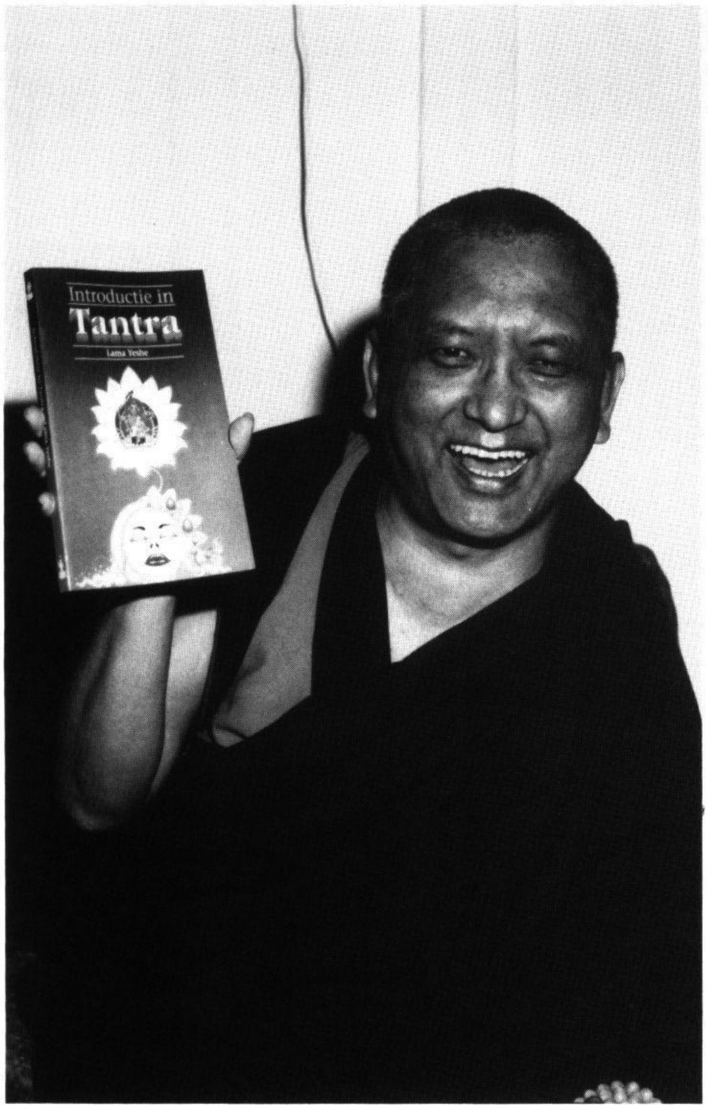
Door Arjan Korevaar.



INTRODUCTIE IN TANTRA, EEN NIEUWE VISIE VAN HEELHEID.

"Lama Yeshe had het wonderbaarlijke vermogen om bij de mensen met wie hij in contact kwam een bron van vrede, wijsheid en vreugde aan te boren, waarvan zij zich voorheen misschien alleen maar vaag bewust waren", lees ik in het voorwoord van Introductie in Tantra en mij bekruipt een gevoel van spijt dat ik niet in de gelegenheid ben geweest deze bijzondere leraar te ontmoeten.

Zijn belangrijkste boodschap is dat wij allemaal binnen onszelf niet alleen het antwoord op onze eigen problemen bezitten, maar ook het vermogen om op een veel hoger niveau te leven dan we voor mogelijk houden. Diep in ons hart en in het hart van elk voelend wezen bevindt zich een onuitputtelijke bron van liefde en wijsheid. Het uiteindelijke doel van welke spirituele beoefening dan ook, al dan niet boeddhistisch, is om deze essentiële zuivere natuur te ontdekken en er contact mee te maken.



Jan Paul Kool

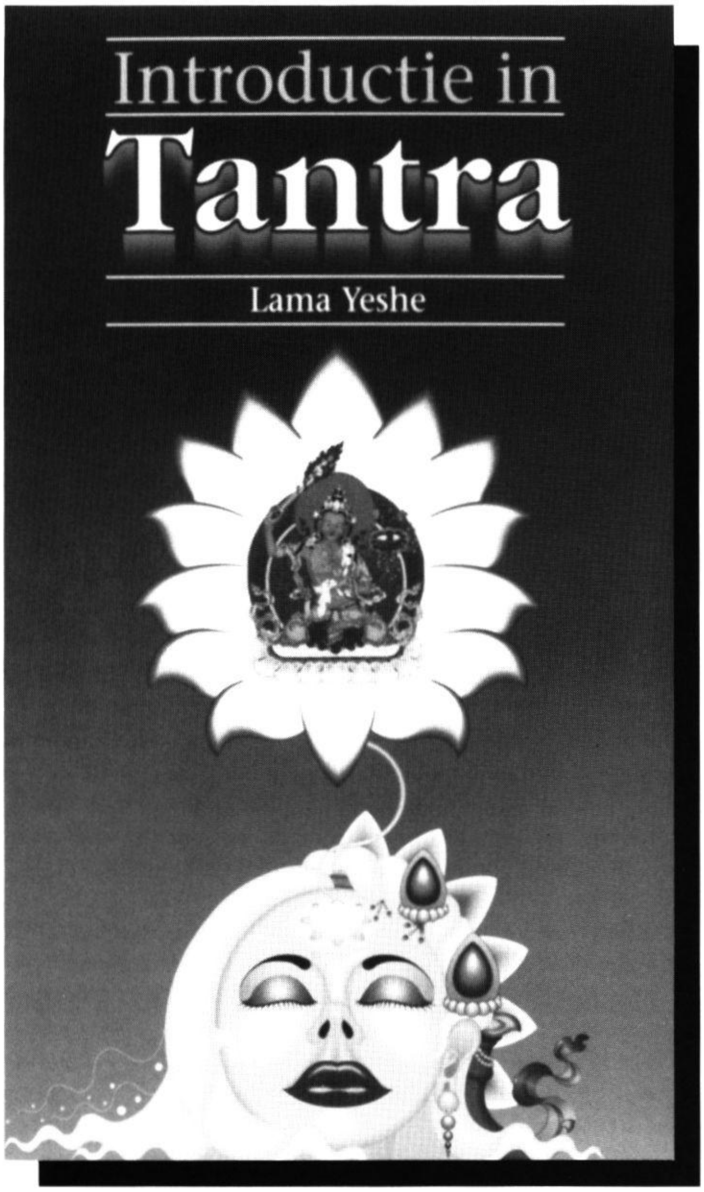
Lama Zopa Rinpochee

Pas wanneer deze zuiverheid volledig is ontwikkeld, kunnen we dezelfde kwaliteit volledig in anderen zien. Zolang we onze beperkingen hebben, zullen we anderen ook alleen maar in hun beperkingen ervaren.

Het boeddhistische tantrische voertuig wordt ook wel het resulterende voertuig genoemd, omdat de beoefenaar nu al leert denken, spreken en handelen alsof hij/zij reeds een volledig verlichte boeddha is. Volgens de boeddhistische tantra is de hemel niet ergens ver weg, maar zijn we nu al allemaal goden en godinnen. Dualistisch denken en de daaruit voortkomende conflicten lossen op wanneer wij de tantrische visie oefenen en inzien dat iedereen een samenstelling is van alle universele energie. Het is een kwestie van herkenning. Door op de juiste wijze de tantrische beoefeningen te doen maken we van al onze energieën gebruik, ook van de subtiele, uiterst krachtige energieën waarvan we ons gewoonlijk niet bewust zijn. De bron voor deze diepgaande transformatie is de energie van onze eigen verlangens. In plaats van genot en verlangen te zien als iets wat we kost wat kost moeten vermijden, worden deze in de tantra herkent als een onontbeerlijke hulpbron op het sprirituele pad.

Tantra is het snelste van alle spirituele paden en daarom bijzonder geschikt voor de westerse mentaliteit die een voorliefde heeft voor onmiddellijke resultaten. Tantra werkt alleen bij het type mens dat zich op de allereerste plaats richt op het welzijn van anderen en het tantrische pad ziet als de snelste en krachtigste manier om dit altruïstische doel te verwerkelijken.

Aan het einde van het tweede hoofdstuk maakt Lama Yeshe ons heel nadrukkelijk duidelijk dat tantra iets is dat veel dieper gaat dan taal of cultuur. Tantra kan ons leren om elke conditionering die ons begrip van wie we zijn en wat we kunnen worden beperkt, te doorbreken. Het beeld van de mannelijke en vrouwelijke meditatieboeddha's in seksuele vereniging geeft symbolisch uitdrukking aan de innerlijke eenwording van onze eigen mannelijke en vrouwelijke energieën. Op een nog dieper niveau symboliseert hun omhelzing het hoogste doel van alle tantrische beoefeningen: het opwekken van een uiterst subtiel en gelukzalig bewustzijn dat juist door zijn eigen aard uitermate geschikt is om de uiteindelijke werkelijkheid te doorgronden en ons te bevrijden van alle verstorende emoties en lijden.



De vereniging van meditatieboeddha's heeft dus helemaal niets te maken met de bevrediging van lust, maar duidt veeleer op een volledig geïntegreerde staat van gelukzalige wijsheid die onze gewone zintuiglijke ervaringen volkomen overstijgt.

Tot zover heb ik delen uit de eerste drie hoofdstukken geciteerd. Ik zou dat ook met de andere hoofdstukken kunnen doen die ik overigens in één adem heb uitgelezen, maar dat zou de recensie onnodig lang maken. U kunt beter het boek zelf lezen. Het is een juweel van een boek, zowel qua omslag als inhoudelijk. Het prikkelt mensen om te beginnen met hun spirituele ontwikkeling en als ze al begonnen waren, er meer vaart in te zetten. Het geeft ook een duidelijk beeld van wat de boeddhistische tantra werkelijk is en kan zodoende een grote bijdrage leveren aan het uit de weg ruimen van veel misverstanden.

Je hoeft maar een krant open te slaan om te kunnen vaststellen dat de misvattingen omtrent tantra aardig wortel schieten.

Samenvatten wil ik zeggen: het boek is een aanrader voor jezelf, je vrienden, familie en bekenden. Natuurlijk kan ik me vergissen, maar tijdens het lezen van het boek kreeg ik het gevoel dat de bijzondere kwaliteiten van wijlen Lama Yeshe nog duidelijk voelbaar zijn.

Lama Thubten Yeshe en Jonathan Landaw.
Introductie in tantra, een nieuwe visie van heelheid.
Nederlandse vertaling: Margot Kool-Stumpel.
Omslag: Chris Verschoor en René van Luyn.
Uitgeverij Maitreya, 1993.

Door: Jan de Ruiter.

Recept

UIT DE KEUKEN VAN PAN

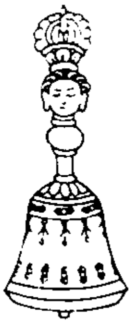
Steeds in de meditatieruimte, op kousevoeten op weg naar de douche, tussen de schillende uien, aan de rammelende vaat, bereikt de kok steeds weer de vraag:
"Hoe doe je dit, hoe doe je dat?"
"Ik schrijf het straks wel even voor je op."

Nu dan: DE HOUMOUS

De avond tevoren de kikkererwten weken met een stuk kombu (zeewier) in ruim water want ze zwellen nogal. Ze koken gaar in een dik uur, hoe zachter, des te gemakkelijker te moesen.
Pureren met tahin en het volgende soepje:
knoflook, gember, fijngehakte pepers in wat olie bakken.
Voeg toe: komijn (1 deel), koreander (2 delen), kerrie (2 delen). Blus met een scheut shoyu. Doe het vuur uit. Voeg citroensap en veel peterselie (of koreandergroen) toe.
Dit alles goed mengen. mmm.

Eet smakelijk, Liesbeth.

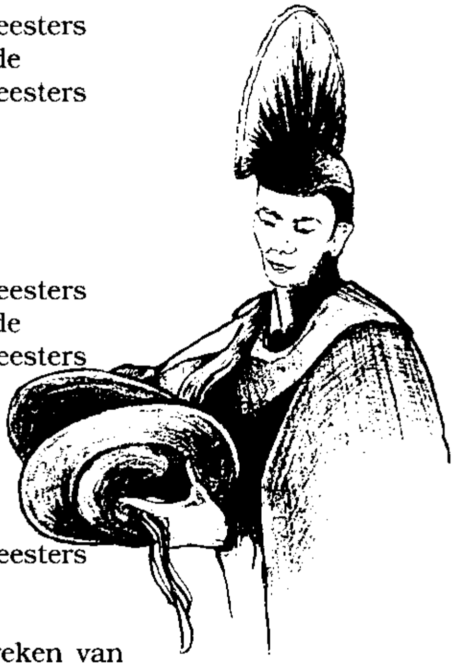
OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN



SEPTEMBER T/M DECEMBER 1993

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

December



wo.	8	(25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
di.	21	(8)	Wassende maan Tara Offerande
do.	23	(10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
di.	28	(15)	Volle maan Tara Offerande

Januari

vr.	7	(25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
do.	20	(8)	Wassende maan Tara Offerande
za.	22	(10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
do.	27	(15)	Volle maan Tara Offerande

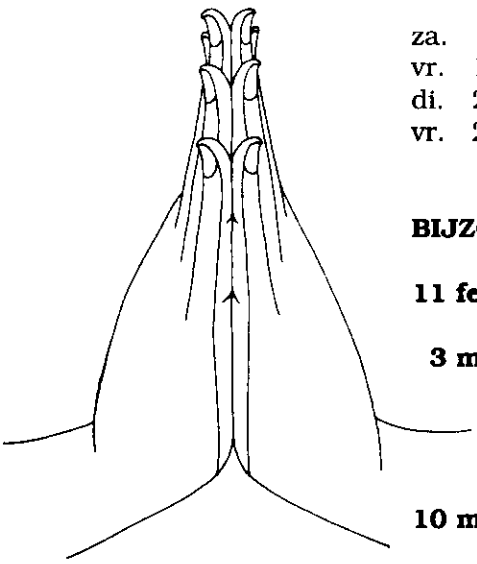
Februari

za.	5	(25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	11	(1)	Tibetaans Nieuwjaar

* De volgende data zijn wegens het ontbreken van de Tibetaanse kalender onder voorbehoud.
Bel voor bevestiging even met het Instituut.

vr.	18	(8)	Wassende maan Tara Offerande
zo.	20	(10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	25	(15)	Volle maan Tara Offerande

Maart



za.	5	(25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	18	(8)	Wassende maan Tara Offerande
di.	22	(10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	25	(15)	Volle maan Tara Offerande

BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

11 februari: Tibetaans Nieuwjaar (Lo Sar).

3 maart: Tsog Offerande ter herdenking van het overlijden op 3 maart 1983 van onze geliefde Lama Thubten Yeshe, de oprichter van het Maitreya Instituut.

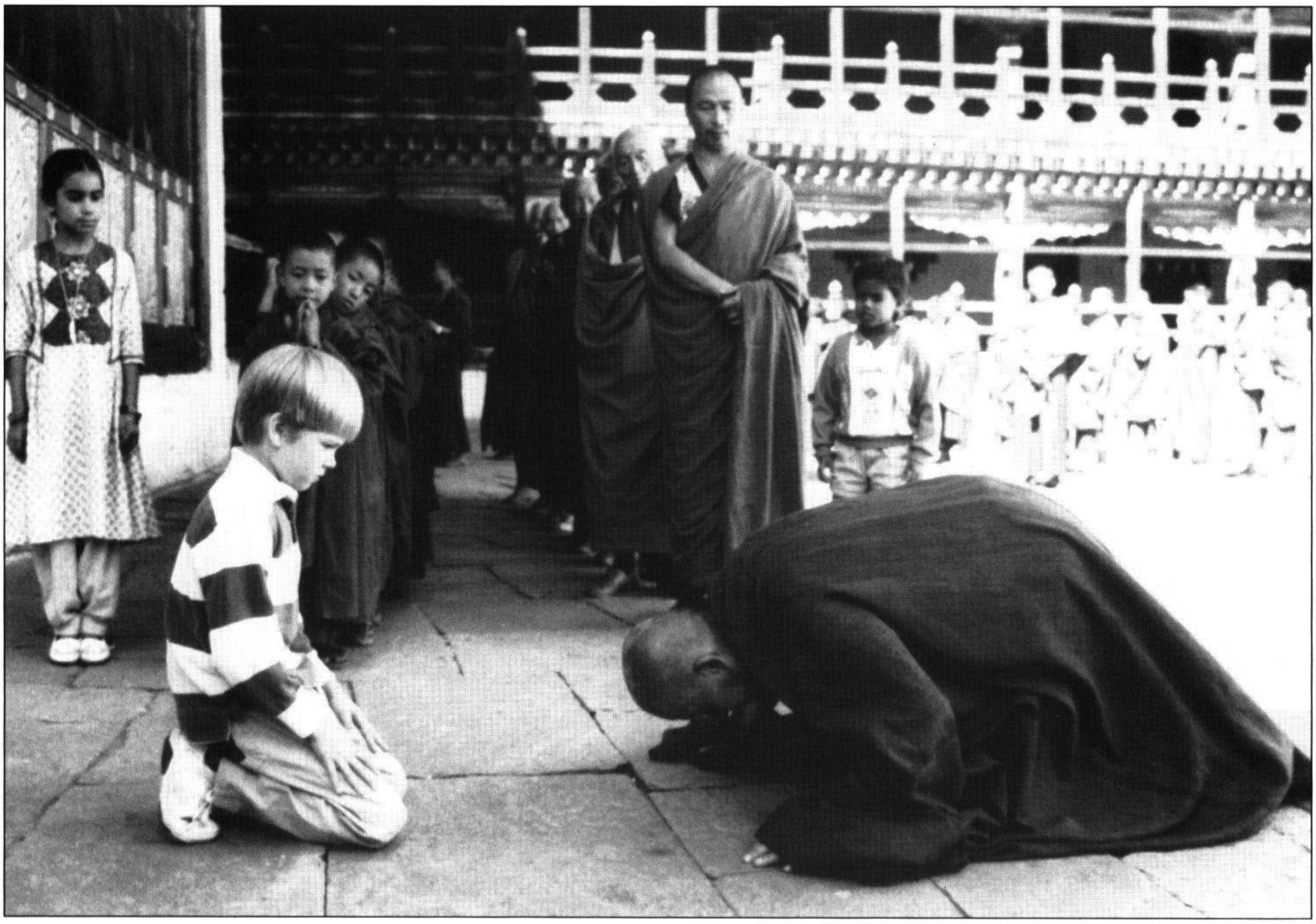
10 maart: Herdenking van de Tibetaanse volksopstand in Lhasa.

VERWACHT

FRANCIS BOUYGUES & JEREMY THOMAS
presenteren

LITTLE BUDDHA

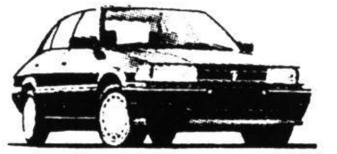
EEN FILM VAN BERNARDO BERTOLUCCI
DE MAKER VAN "THE LAST EMPEROR"



KEANU REEVES YING RUOCHENG CHRIS ISAAK ALEX WIESENDANGER and BRIDGET FONDA
Production and costume design JAMES ACHESON Editor PIETRO SCALIA Cinematography VITTORIO STORARO AIC-A.S.C.
Music composed and conducted by RYUICHI SAKAMOTO Story by BERNARDO BERTOLUCCI
Screenplay by RUDY WURLITZER & MARK PEPLOE Producer JEREMY THOMAS Directed by BERNARDO BERTOLUCCI
GORDON MCGILL - 'Little Buddha'
Het boek bij de magnifieke film van Bernardo Bertolucci. Nu bij de boekhandel !
SNP NATUURREIZEN DOLBY STEREO Originele soundtrack op cd en cassette verkrijgbaar op Milan METEOR FILM

CURSUSINFORMATIE

Per bus no: 124 is het centrum in Emst te bereiken via NS station Apeldoorn of Zwolle, als u uitstapt halte: Laarstraat. Daar is een Chinees restaurant waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij het restaurant. U kunt zelf ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat af te lopen tot u aan uw linkerhand het Maitreya Instituut tegenkomt. Elke cursist wordt verzocht pantoffels mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor *f* 5,-- per keer of zelf mee te nemen. **Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald.** Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aan lid/abonnee van het Maitreya Magazine aangeboden. Indien uw financiële situtatie dit noodzakelijk maakt kunt u vooraf verzoeken om korting.



Per auto bereikt u ons centrum, dat ligt aan de Heemhoeveweg 2 of Laarstraat 27 te Emst:
Vanuit Utrecht: Neem de snelweg naar Zwolle. Afslag Epe. Bij Epe zijn stoplichten. Daar rechtsaf naar Emst. Na een paar honderd meter rechtsaf, de Laarstraat in, voor het Chinese restaurant. Laarstraat volgen tot verharde weg overgaat in zandpad. Zandpad volgen, links inrit Maitreya Instituut.
Vanuit Apeldoorn: Neem de snelweg naar Zwolle, afslag Epe, bij stoplicht naar Emst etc. zie hierboven.
Parkeren bij de hoofdingang voor cursisten aan de Heemhoeveweg. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.

LOCATIE
De cursussen worden gehouden in het centrum van het Maitreya Instituut. Het op de Veluwe gelegen centrum omvat 7 ha. bos met daarop een woonhuis (waarin zich o.a. de kantoren en de winkel bevinden) en een cursuscentrum. Daarin bevinden zich zowel de meditatie cq. lesruimte, alsook de keuken, eetzaal, ontspanningsruimte, slaapverblijven en badkamers. In de vrije tijd die men heeft kan men uitstekend fietsen of wandelen in de omgeving met veel bossen en heide (zelf een fiets meenemen of huren).

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME
Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee te zijn van het Maitreya Magazine voor het hele jaar 1993 en zich op het cursusterrein te houden aan de 5 voorschriften en huisregels. 1. niet doden, 2. niet stelen, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of bedwelmende middelen gebruiken. De maaltijden, die vegetarisch zijn, worden verzorgd door een professionele kok.

AANMELDING EN BETALING CURSUSGELDEN
Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 10.00-12.00 en van 14.00-17.00 uur, elke dag behalve van zaterdag t/m maandag..
Uw reservering wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op girorekening 43.05.057 of bankrekening 65.85.11.548 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de cursusdatum.
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

RETRAITES
Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding van onze monniken. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN
Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

VERHUUR CURSUSRUIMTE
Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag onze folder.

PROGRAMMA T/M AUGUSTUS 1994

1993

24 t/m 30 december
LAM RIM RETRAITE (DE STADIA VAN HET PAD NAAR DE VERLICHTING).
O.l.v. Olga Preece
Met een inleiding door: Geshe Sonam Gyaltsen.
Voertaal: Nederlands.

De vrijdagavond wordt begonnen met een introductie door Geshe Sonam Gyaltsen en het treffen van verschillende voorbereidingen voor de retraite. De meditaties worden gedaan in twee cycli van drie dagen. Degenen die de kerstdagen niet willen meedoen kunnen aan de tweede cyclus deelnemen, waarbij we de hele Lam Rim voor de tweede maal doornemen. Het eerste deel is van vrijdagavond 24 t/m maandagmiddag 27; het tweede deel van maandagavond 27 t/m donderdagmiddag 30 december.
Beide cycli vangen aan om 20.00 uur. Het is niet mogelijk anderszins tussentijds of gedeelten van de retraite mee te doen.

KOSTEN:* *F 250,- (F 140,- per cyclus)
AANVANG:* *Vrijdagavond 20.00 uur en maandagavond 20.00 uur.
AANMELDING:* *Telefonisch: 05787-1450.

1994

In de maanden januari en augustus worden in het Maitreya Instituut geen cursussen gegeven. Zowel voor de vaste leraar van het Instituut, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, alsook voor de vaste medewerkers zijn dit retraite perioden.

---

7 Januari
22 Januari
Op 7 en 22 januari 1994 zal o.l.v. Olga het zelfinitiatie ritueel van Vadjra Yogini gedaan worden. Degenen die willen deelnemen dienen de Vadjra Yogini of Heruka intiatie ontvangen te hebben en de toenaderingsretaite met afsluitende vuurofferande te hebben gedaan.
Deelnemers dienen zich ruim te voren schriftelijk aan te melden en ook aan te geven waar/wanneer zij telefonisch bereikbaar zijn. Zij zullen dan verdere details ontvangen.

AANVANG: 10.30 uur.
SLOT: ± 16.00 uur.
VOERTAAL: ENGELS. (Voor het ritueel wordt de Engelse tekst gebruikt, tenzij Geshela niet naar Duitsland gaat en aan de zelfinitiaties deelneemt).

DRUB THA, DE FILOSOFISCHE SCHOLEN
in 9 weekenden
18 t/m 20 februari
18 t/m 20 maart
15 t/m 17 april
27 t/m 29 mei
24 t/m 26 juni
23 t/m 25 september
21 t/m 23 oktober
18 t/m 20 november
16 t/m 18 december
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Boeddha Sakyamoeni richtte zich in zijn onderricht van de leer tot een zeer uiteenlopend publiek. Hij presenteerde zijn leerstellingen in overeenstemming met de aanleg, voorkeur en capaciteiten van zijn toehoorders. Vooral met betrekking tot het moeilijke begrip 'zelfloosheid' ontstonden verschillende inzichten onder boeddhisten, die aanleiding gaven tot verschillende filosofische standpunten.
In het Tibetaans boeddhisme wordt de Prasangika Madhyamika als de hoogste filosofische school beschouwd. Svantantrika Madhyamika, Chittamatra, Sautrantika en Vaibhasika zijn eenvoudiger in hun beredenering en stellingname. De verschillen tussen deze scholen beperken zich niet tot de basis leerstellingen, maar hebben ook hun invloed op de te volgen paden (methoden) en de te bereiken resultaten.

Zo houden de Vaibhasika bijvoorbeeld vast aan de realiteit van de verschijnselen zoals die zich aan ons voordoen. De Sautrantika accepteren alleen de zelfloosheid van personen, maar niet van andere verschijnselen. De Chittamatra accepteren de zelfloosheid van beiden, maar houden vast aan werkelijk bestaan van de geest. De Madhyamika presenteren de stelling dat de dingen verschijnen als echt, maar niet bestaan als werkelijk concrete entiteiten.
De leerstellingen van de vier scholen worden als een ladder gezien, waarbij eerdere inzichten het ontwikkelen van begrip op de hogere sporten van de ladder ondersteunen. Daarom wordt het verwerven van begrip (Drub) volgens de 'lagere scholen' beschouwd als een belangrijke stap op weg naar het uiteindelijke inzicht (Tha).

KOSTEN: 9 weekenden F 130,- per maand voor deelnemers aan het studieprogramma. Deze Drub Tha cursus leent zich niet voor het volgen van losse weekenden. Bij deelname aan losse weekenden is het gebruikelijke cursustarief van toepassing: F 165,-
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

4 t/m 6 februari
Lam Rim: De verlichtingsgeest
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

In dit cursus weekend zal Geshe Sonam Gyaltsen de Mahayana
motivatie en de methoden waarmee we de edele, altruïstische motivatie van de op verlichting gerichte geest uitvoerig toelichten. Deze motivatie, de verlichting van het boeddhaschap te willen bereiken om het welzijn van alle voelende wezens effectief te kunnen bevorderen, is gebaseerd op het verlangen naar bevrijding en een gelijkmoedige en vriendelijke houding ten aanzien van alle voelende wezens. Geshe Sonam Gyaltsen zal de nadruk leggen op de presentatie van Lama Tsong Khapa van de methoden waarmee we deze verheven motivatie in onze eigen geest kunnen ontwikkelen. Het is juist in deze tijd van samenwerking op mondiaal niveau een 'must' kennis te nemen van deze gedachtengang die onze verbondenheid met en verantwoordelijkheid voor alle wezens uitdraagt. Deze gedachte kan de basis worden voor een stabiele wereldmaatschappij waarin de mensen in vrede leven.

KOSTEN: Bij inschrijving op het Lam Rim Studieprogramma, voor zover dat nog loopt in 1994, is het Studieprogrammatarief van toepassing.
LOSSE WEEKENDEN: F 165,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 4 februari om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

26 t/m 28 februari
De Bodhisattva gelofte.
Door: LAMA DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Sedert eind 1983 is het Maitreya Instituut (bijna) jaarlijks getracteerd op door de glasheldere en warme aanwezigheid van de grote Tibetaanse meester Dagpo Rinpochee Jampa Gyatso. Rinpochee heeft dan ook inmiddels een groot aantal leerlingen in Nederland, waarvan de meesten al lange tijd aan het Maitreya Instituut zijn verbonden. Omdat Rinpochee zijn activiteiten heeft uitgebreid in met name Indonesië, waar hij in een eerder leven als de Meester Suvarnadvipa Dharmakirti de Mahayana leer aan o.a. Atisha overdroeg, is het in toenemende mate onzeker hoe lang Rinpochee zijn inmiddels bijna traditie geworden bezoek aan Nederland nog vol zal houden.
Wij zijn dan ook zeer verheugd dat Dagpo Rinpochee ons centrum ondanks zijn enorme bedrijvigheid dit jaar toch weer zal aandoen en ons opnieuw zal inspireren in onze persoonlijke beoefening.
Vorig jaar heeft Dagpo Rinpochee een aanvang gemaakt met een uitleg van de bodhisattva gelofte, waarvan hij zelf zo'n bijzonder levend voorbeeld is. Dit jaar zal hij ingaan op de bijkomende voorschriften van de bodhisattva gelofte.
Uiteraard is iedereen, zowel beginner als gevorderde student, welkom dit weekend mee te maken.

KOSTEN: bij deelname t/m de Djenang op dinsdag F 250,-
Bij deelname t/m maandag (bodhisattvagelofte) F 225,-
AANVANG: Vrijdagavond 25 februari om 20.00 uur.
EINDE: Maandagmiddag rond 17.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

Dinsdag 1 maart
VADJRASATTVA DJENANG
DOOR: LAMA DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Rinpochee zal de 'vervolg toestemming' van Vadjrasattva geven voor degenen die eerder een volledige initiatie ontvingen in de boeddhistische tantra (Kriya of Hoogste Yoga Tantra), zoals de 1000-armige Avalokiteshvara of Kalachakra.

KOSTEN: aan het ontvangen van de Djenang zijn geen kosten verbonden (behalve eventueel die van de lunch à F 10,-).
AANVANG: Dinsdagochtend om 9.30 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

11 t/m 13 maart
Lam Rim: De eerste vier van de zes perfecties.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

De trainingen in vrijgevigheid, morele zelfdiscpline, geduld/verdraagzaamheid en enthousiaste volharding zijn de eerste vier van de zes beoefeningen van de perfecties van bodhisattva's. Een helder en duidelijk begrip van deze beoefeningen zal ons helpen deze in zowel formele meditaties als in ons dagelijks leven te integreren en naar perfectie te streven. De beoefeningen vormen een krachtige methode voor het verzamelen van een enorm positief potentieel. In die zin zijn ze de basis voor het kunnen realiseren van de zesde beoefening van de perfectie van wijsheid.

Dit themaweekend is ook geschikt voor degenen die nog niet zo bekend zijn met de presentatie van het Mahayana boeddhisme zoals dat in Tibet bewaard en beoefend is. Zowel zgn. 'nieuwelingen' als gevorderde studenten van het Tibetaanse boeddhisme worden tijdens de Lam Rim themaweekenden tussen de lezingen door in aparte groepen begeleid.

KOSTEN: LOSSE WEEKENDEN: F 165,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 11 maart om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

1 t/m 3 april
Lam Rim: Concentratie
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Concentratie wordt in het Mahayana-boeddhisme aangeleerd en gebruikt voor speciale doeleinden. Deze vijfde perfectie is de voorbereiding op de ervaring van het juiste inzicht. Geshe Sonam Gyaltsen zal zowel de theorie als de praktijk toelichten van verschillende methoden voor concentratie meditatie, zodat een helder begrip ontstaat van de vele aspecten die een rol spelen bij het ontwikkelen van een één-puntige concentratie.

Dit themaweekend is ook geschikt voor degenen die nog niet zo bekend zijn met de presentatie van het Mahayana boeddhisme zoals dat in Tibet bewaard en beoefend is. Zowel zgn. 'nieuwelingen' als gevorderde studenten van het Tibetaanse boeddhisme worden tijdens de Lam Rim themaweekenden tussen de lezingen door in aparte groepen begeleid.

KOSTEN: LOSSE WEEKENDEN: F 165,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 1 april om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

22 april t/m 24 april Nyung Ne, Vasten Retraite.
O.l.v. de Nederlandse monnik Thubten Lodreu (Hermes Brandt).
KOSTEN: F 90,-
AANVANG: Vrijdagavond 22 april om 20.00 uur.
EINDE: Maandagochtend rond 10.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

29 april t/m 6 mei
Groene Tara retraite
O.l.v. de Nederlandse monnik Thubten Lodreu (Hermes Brandt).

Deze groepsretraite wordt georganiseerd voor al degenen die na het ontvangen van de vervolg toestemming om te oefenen in de Groene Tara (Dje Nang), die Lama Zopa Rinpochee op 21 november jl. in het Maitreya Instituut heeft gegeven, de verplichting op zich hebben genomen een korte retraite te doen. Natuurlijk kan ook iedereen hieraan deelnemen, die een Groene Tara Initiatie van een andere Lama heeft ontvangen.

KOSTEN: F 395,-
AANVANG: Donderdagavond 29 april 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

6 t/m 8 mei
Lam Rim: Wijsheid
Door: GESHE SONAM GYLATSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Wijsheid is sinds jaren het meest populaire onderricht dat in
het Maitreya Instituut gegeven wordt. Ook nu weer zal Geshe Sonam Gyaltsen in de serie weekenden over de stadia van de weg naar verlichting (Tibetaans: Lam Rim) een presentatie geven van de begrippen zelfloosheid, leegte van concreet bestaan en de uiteindelijke werkelijkheid. De analytische meditaties op wijsheid veroorzaken dat ons inzicht in de ware natuur van ons zelf en alle andere verschijnselen ge-

leidelijk aan steeds helderder wordt. Hierdoor zal onze gewone misleidende kijk op alledaagse dingen en mensen veranderen in een visie die steeds meer strookt met de werkelijkheid.

Dit themaweekend is ook geschikt voor degenen die nog niet zo bekend zijn met de presentatie van het Mahayana boeddhisme zoals dat in Tibet bewaard en beoefend is. Zowel zgn. 'nieuwelingen' als gevorderde studenten van het Tibetaanse boeddhisme worden tijdens de Lam Rim themaweekenden tussen de lezingen door in aparte groepen begeleid.

KOSTEN: KOSTEN: LOSSE WEEKENDEN: F 165,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 6 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

11 ? t/m 26 ? mei
WITTE TARA DJENANG
WITTE TARA RETRAITE
O.l.v.: GESHE SONAM GYALTSEN

In deze eerste twee weken van de boeddhistische heilige maand Saka Dawa (Vesak) wordt op initiatief van onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen een Witte Tara retraite gehouden. De retraite zal beginnen met nieuwe maan en eindigen met volle maan. Voorafgaand aan de retraite zal Geshela een 'Dje nang' geven in de Witte Tara, d.i. een 'vervolg toestemming'. Mensen die nog geen volledige intitiatie ontvingen mogen toch meedoen, maar mediteren Tara in de ruimte voor zich tijdens het reciteren van de mantra. Geshela heeft toegezegd de retaite te zullen leiden als de deelnemers toezeggen de gehele periode te zullen blijven deelnemen. Wij kunnen dan ook niemand toestaan later te komen of eerder te vertrekken. In de ochtend zullen twee meditatiezittingen worden gehouden o.l.v. Geshela.

In de middag zullen de retraitanten de gelegenheid hebben mee te werken aan het maken van mantrarolletjes voor het grote boeddhabeeld en het produceren van de verschillende attributen die het gebedswiel kracht zullen geven. De gemelde data zijn onder voorbehoud. De definitieve data volgen in het maartnummer van dit Magazine.

KOSTEN: F 650,-
AANVANG: Dinsdagavond 10 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

10 t/m 12 juni
Lam Rim: Inleiding in tantra.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Om alle stadia in de Lam Rim, de weg naar verlichting werkelijkheid te maken, dient veel en lang gemediteerd te worden. Het doen van retraites - een afgebakende meditatie periode - strekt daarbij tot aanbeveling. Wat er allemaal komt kijken bij het doen van retraites wordt in dit weekend op praktische wijze toegelicht.
Voor hen die gedreven door hun altruïstische motivatie snellere meditatie-methoden willen leren zal Geshe Sonam
Gyaltsen de basisprincipes van de boeddhistische tantra uit
de doeken doen. Speciaal ook voor hen die al het een en ander over tantra hebben gehoord is dit weekend een gelegenheid om correcte uitleg te ontvangen over de unieke tantrische methoden.

Dit themaweekend is ook geschikt voor degenen die nog niet zo bekend zijn met de presentatie van het Mahayana boeddhisme zoals dat in Tibet bewaard en beoefend is. Zowel zgn. 'nieuwelingen' als gevorderde studenten van het Tibetaanse boeddhisme worden

tijdens de Lam Rim themaweekenden tussen de lezingen door in aparte groepen begeleid.

KOSTEN: KOSTEN: LOSSE WEEKENDEN: F 165,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 10 juni om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

---

21 juni t/m 1 juli
Jaarlijkse tangka schilder cursus
Door: Andy Weber
Voertaal: Engels.
Onderwerp en details: zie Maitreya Magazine maart 1994.

---

1 t/m 15 juli
Lam Rim Meditatie Cursus
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Tijdens deze jaarlijkse zomercursus wordt een overzicht gepresenteerd van alle stadia van innerlijke ontwikkeling volgens de boeddhistische leer, vanaf het eerste positieve denken tot het hoogste niveau van evolutie, de verlichting, het boeddhaschap.
Onze vaste leraar Geshe Sonam Gyaltsen zal alle belangrijke grondbeginselen van de boeddhistische leer uiteenzetten en aan de moderne mens relateren, zodat een goed overzicht ontstaat van theorie en praktijk van deze bevrijdingsleer.

De Lam Rim Meditatiecursus vormt al jarenlang het hart van alle programma onderdelen die door het Maitreya Instituut worden georganiseerd. De lezingen door de Tibetaanse Lama, die de ononderbroken overlevering overdraagt, worden afgewisseld door geleide meditaties, zodat onder deskundige leiding zowel kennis als ervaring kan worden opgedaan.

De cursus is bij uitstek geschikt voor mensen die in korte tijd zoveel mogelijk over het boeddhisme willen leren op een geordende wijze, zodat de leer als geheel overzichtelijk blijft.
Voor ervaren boeddhisten verschaft de retraite-sfeer ieder jaar weer een gewaardeerde gelegenheid tot verdieping van beleving en ervaring.

KOSTEN: F 945,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 1 juli om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

22 t/m 29 juli
LAM RIM RETRAITE (DE STADIA VAN HET PAD NAAR DE VERLICHTING).
O.l.v.
Met een inleiding door: Geshe Sonam Gyaltsen.

De vrijdagavond wordt begonnen met een introductie door Geshe Sonam Gyaltsen en het treffen van verschillende voorbereidingen voor de retraite. Het is niet mogelijk tussentijds of gedeelten van de retraite mee te doen.
KOSTEN: F 345,-
AANVANG: Vrijdagavond 22 juli om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

LANG LEVEN OFFERANDES

Teneinde onze connectie met onze inspirerende spirituele leiders voor de toekomst te waarborgen, doet het Maitreya Instituut mee aan jaarlijkse gebedsdiensten voor een lang leven van Z.H. de Dalai Lama, Lama Zopa Rinpochee en Lama Tenzin Osel Rinpochee. Deze offerandes worden georganiseerd door de FPMT, de Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition. In november jl. werd Z.H. de Dalai Lama een lang-leven-offerande aangeboden in Toulouse. Lama Zopa Rinpochee en Osel Rinpochee wordt een lang-leven-offerande aangeboden in Nepal. We danken iedereen die aan de offerandes heeft bijgedragen en stellen iedereen opnieuw in de gelegenheid uw bijdrage aan dit speciale doel voor 1994 te doneren op onze bank of postgirorekening **onder vermelding van: l.l.o. Z.H. de Dalai Lama en/of L.Z.R. en/of L.O.R.**

SANGHA FONDS VOOR MONNIKEN EN NONNEN

De monniken- en nonnenSangha vervult in het boeddhisme een belangrijke rol in de overdracht en verinnerlijking van de Boeddha Dharma. Voor het verschaffen van benodigdheden aan deze mensen die al hun tijd en energie aan studie en beoefening wijden is een speciaal fonds opgericht, waaraan het Maitreya Instituut jaarlijks minimaal $ 240,- overboekt en waaraan ook u financieel steun kunt geven. Uit dit Sangha Fonds worden uitsluitend monniken en nonnen ondersteund die aangesloten zijn bij de FPMT. **Vermeld bij donaties voor dit doel: Sangha Fonds.**

LEZINGEN IN HET LAND DOOR GESHE SONAM GYALTSEN

ZWOLLE: Centrum Tara,
Steenstraat 5-7.
038-229151.

NAGARJUNA'S BRIEF AAN DE KONING
Serie van 5 lezingen op de over algemene thema's uit het Tibetaans boeddhisme op de woensdagavonden:
2 februari,
2 maart,
6 april,
4 mei,
1 juni.
AANVANG: 20.00 uur.

AMSTERDAM: Maitreya Studiegroep
Amsterdam,
Prinsengracht 200,
Tel.: 020-6254138.

LO RIG, DE GEEST EN DE MENTALE FACTOREN.
In een serie van vijf lezingen op de woensdagavonden:
9 februari,
9 maart,
13 april,
11 mei,
8 juni.
AANVANG: 19.30 uur.

TILBURG: Machig Labdron
Slipjachtpad 23,
Tel.: 013-681326.

Serie van drie lezingen over de
ZEVEN PUNTEN GEDACHTEN TRAINING
op de woensdagavonden:
23 februari,
23 maart,
20 april.
AANVANG: 19.30 uur.

HARDERWIJK: Nederl. Protestanten Bond
Verkeersweg 2
Tel.: 03410-13574.

HET ACHTVOUDIGE PAD
Woensdagavond 16 maart
AANVANG: 19.30 uur.

BILTHOVEN: De Spirituele Kring Isis
Gebouw de Magneet,
Julianalaan 44,
Tel.: 030-287705
Bgg.: 030-281390.

INTRODUCTIE IN HET TIBETAANS BOEDDHISME.
Donderdagavond 7 april.
AANVANG: 20.00 uur.

GRONINGEN: Vipassana Meditatie Centrum
Kamerlingh Onnestraat 71,
Tel.: 050-276051.

DE BETEKENIS VAN HET TIBETAANSE BOEDDHISME IN HET WESTEN
Woensdagavond 27 april
AANVANG: 19.30 uur.

VEGHEL: De Oude Barrière
Udenseweg 5,

INTRODUCTIE IN HET TIBETAANS BOEDDHISME.
Dinsdagavond 3 mei.
AANVANG: 20.00 uur.

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
december 1993, januari, februari 1994

VERSCHIJNING
Tenminste 1x per kwartaal

UITGAVE
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450
Fax: 05787-1851

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Getsulma Tenzin Kalzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts
Jan-Paul Kool

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
René van Luyn

ILLUSTRATIES
Andy Weber, René van Luyn, Karma Meunlam e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Stichting Maitreya Instituut.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

ABONNEMENTEN
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar.
Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar in Nederland
Europa *f* 35,-- overige landen *f* 50,--
Gezinsabonnement *f* 37,50
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, cursusgeld, donaties en rekeningen: Postbank: nr. 4305057 Bank: I.N.G. Epe, rek.nr.: 65.85.11.548. t.n.v. Stichting Maitreya Instituut te Emst.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL LEIDER
Lama Thubten Zopa Rinpochee

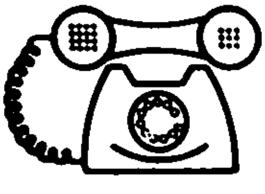
VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

STICHTINGSBESTUUR
Voorzitter:
April Elzenga

Secretaris:
Lan Tjoa

Penningmeester:
Arjan Korevaar

Bestuursleden:
Gelong Marcel Bertels



TELEFOON 05787-1450
FAX 05787-1851

Het kantoor van het instituut is disdag t/m vrijdag telefonisch bereikbaar van 10.00-12.00 uur en van 14.00-17.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken op ons antwoordapparaat. Het kantoor is van zaterdag t/m maandag gesloten.

DOELSTELLING
De stichting stelt zich tot doel:
Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1993**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1993 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze postbankrekening nr.: 4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan 2x per jaar het Engelstalige blad Mandala en 4x per jaar Mandala nieuwsbrieven. Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook **in onze winkel** (ook voor telefonische bestellingen) **en 10% korting** op **alle cursussen** in het Maitreya Instituut behalve het driejarig studieprogramma. En u bent automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld.

DONATEURS
Donaties waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

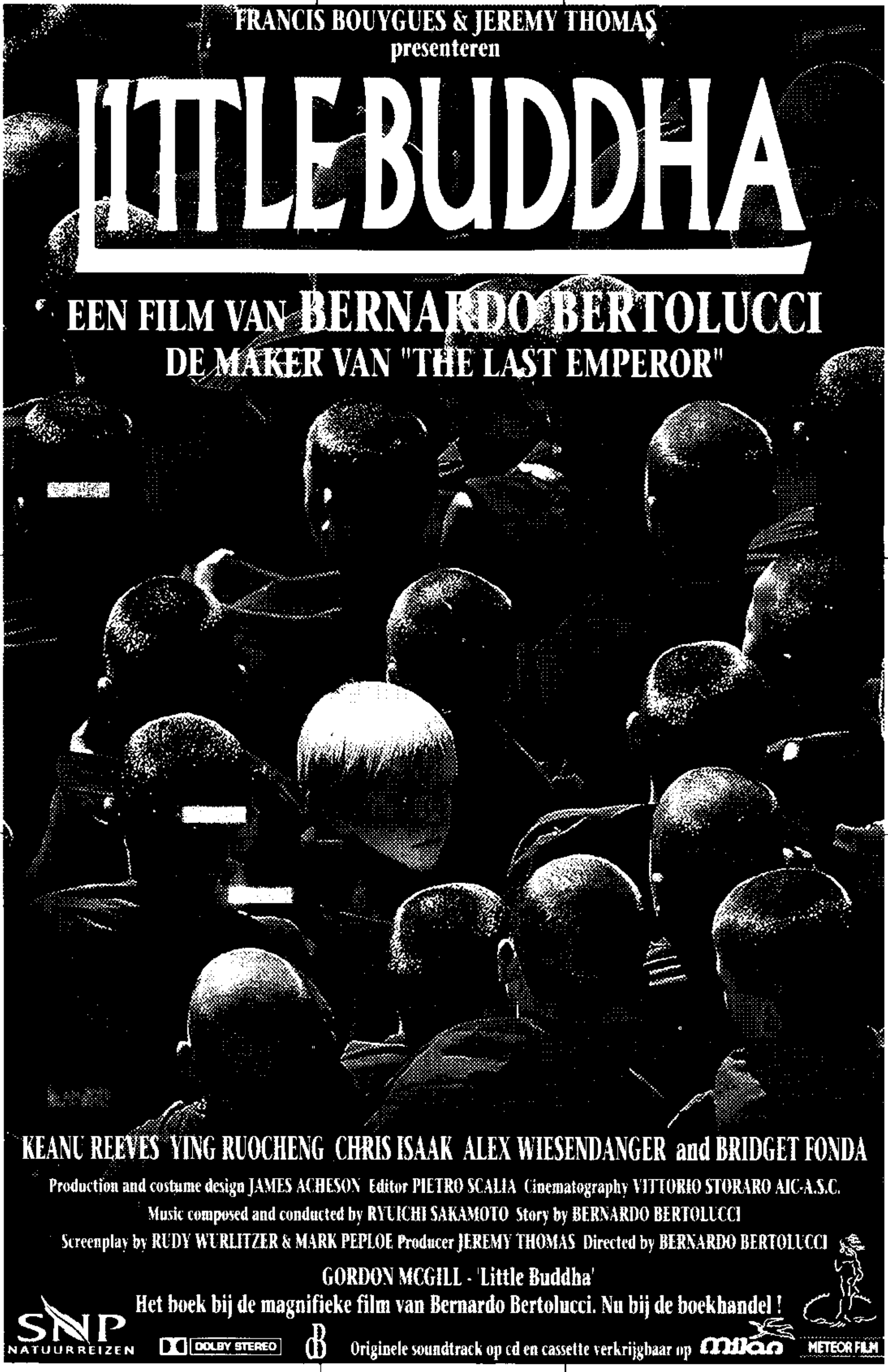
***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1993 & FPMT-LID 1993**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2x het Engelstalige blad Mandala en 4 nieuwsbrieven per jaar.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe en zijn vertaler is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie, en ontvangen 10% korting op cursussen gegeven door Geshela behalve het driejarig studieprogramma. De donateurs worden regelmatig op de hoogte gehouden van de actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 65.85.11.548 van de I.N.G. Bank te Epe t.n.v. Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

VOORPLAAT
Stoepa Bodh Goya
Foto: Eugene Boonman

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak.


FRANCIS BOUYGUES & JEREMY THOMAS
presenteren
LITTLE BUDDHA
EEN FILM VAN BERNARDO BERTOLUCCI
DE MAKER VAN "THE LAST EMPEROR"
KEANU REEVES YING RUOCHENG CHRIS ISAAK ALEX WIESENDANGER and BRIDGET FONDA
Production and costume design JAMES ACHESON Editor PIETRO SCALIA Cinematography VITTORIO STORARO AIC-A.S.C.
Music composed and conducted by RYUICHI SAKAMOTO Story by BERNARDO BERTOLUCCI
Screenplay by RUDY WURLITZER & MARK PEPLOE Producer JEREMY THOMAS Directed by BERNARDO BERTOLUCCI
GORDON MCGILL - 'Little Buddha'
Het boek bij de magnifieke film van Bernardo Bertolucci. Nu bij de boekhandel !
SNP NATUURREIZEN
DOLBY STEREO
Originele soundtrack op cd en cassette verkrijgbaar op Milan
METEOR FILM